

# ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ

ಹೊಸ ಯುಗದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2009

ರೂ. 25/-



ಹಿಮಾಲಯ ಧ್ಯಾನ ಯಾತ್ರೆ



## ಪ್ರೀತಿ ವಾಣಿ

### ಅಂತರ್ ವೈದ್ಯ



ಒಳಗಿರುವವನು ಸ್ವಪ್ನಕರ್ತನು ---- ಹೊರಗಿರುವವನು ಅವನ ಸ್ವಪ್ನಿಯು  
ಒಳಗಿರುವವನು ಸಾಗರವು ----ಹೊರಗಿರುವವನು ಅಲೆಗಳು  
ಒಳಗಿರುವವನು ಕಾರಣವು----ಹೊರಗಿರುವವನು ಅದರ ಪರಿಣಾಮ  
ಒಳಗಿರುವವನು ಉದ್ದೇಶ ----ಹೊರಗೆ ಪೂರೈಸುವುದೇ ಅವರ ಅದೇಶ

★★★

ಒಳಗಿರುವವನು ಅಪರಿಚಿತ ----ಹೊರಗೆ ಇರುವವನು ಸುಪರಿಚಿತ  
ಒಳಗಿರುವವನು ಸುಪ್ರ ಪ್ರಜ್ಞೆ----ಹೊರಗೆ ಇರುವವನು ಜಾಗೃತ ಪ್ರಜ್ಞೆ  
ಒಳಗಿರುವವನು ಬೃಹತ್----ಹೊರಗಿರುವವನು ಅಣು ಮಾತ್ರ  
ಒಳಗಿರುವವನು ಅರಸ ----ಹೊರಗಿರುವವನು ಪ್ರಜೆ  
ಒಳಗೆ ಬಹುಮುಖ ವಿಸ್ತೀರ್ಣ----ಹೊರಗೆ ನಿವಿಧ

★★★

ಒಳಗೆ ಅಂತರ್ಜೀವನ----ಹೊರಗೆ ಭೌತಿಕ ಜೀವನ  
ಒಳಗೆ ಇರುವವನು ಮನಸ್ಸು----ಹೊರಗೆ ಇರುವವನು ದೇಹ

★★★

ಒಳಗಿನಿಂದ ಎಚ್ಚರಗೊಳ್ಳಿ  
ಒಳಗಿನಿಂದ ಸಚೇತನವಾಗಿರಿ

★★★

ಇದೇ ನಮ್ಮ ಹೊರಗೆ ಕಾಣಿಸುವ ವಿಕಾರಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸಲು ಮಾರ್ಗ.  
ಇದೇ ನಮ್ಮ ಹೊರಗೆ ವ್ಯಕ್ತವಾಗಿರುವ ವಿಕೃತಿಗಳನ್ನು ಸುಪಡಿಸಲು ಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ.

★★★

ಹೊರಗಿರುವವನು ದೇಹ----ಒಳಗಿರುವವನು ಮನಸ್ಸು  
ದೇಹವು ಹೊರಗಿರುವ ರೋಗಿ---ಒಳಗಿರುವುದೇ ಧನ್ಯತೆ  
ದೇಹ-ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಬಂಧ ----ರೋಗಿ ವೈದ್ಯರ ಸಂಬಂಧ  
ಒಳಗಿರುವವನು ವೈದ್ಯ----ಹೊರಗೆ ವೈದ್ಯಕರಿಸಿದ ದೇಹ

★★★

ಒಳಗಿನ ಅದ್ಭುತ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಎಚ್ಚರಗೊಳಿಸಿ  
ಒಳಗಿರುವ ಧನ್ಯತೆಯನ್ನು ಆರಾಧಿಸಿ  
ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಅನಾಪಾನಾಸತಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ

-ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆ

## ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ



ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರಿಕೆ  
ಸಂಸ್ಥಾಪಕರು



ಶ್ರೀ ಎ. ಪದ್ಮನಾಭಯಣ  
ಸಂಪಾದಕರು



ಸಂಶೋಧ  
ನಿರ್ಮಾಪಕರು



ಅನಿತ  
ನಿರ್ಮಾಪಕರು



ಪರೀಶ್  
ತಾಂತ್ರಿಕ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾಸ



ಅಯ್ಯಪ್ಪ  
ತಾಂತ್ರಿಕ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾಸ

### ಸಂಪಾದಕ ಮಂಡಳಿ

ಶ್ರೀ ಭೀಮೇಶ್ ರೆಡ್ಡಿ, ಬೆಂಗಳೂರು  
ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮಿನಾಭಯಣ, ಬೆಂಗಳೂರು  
ಶ್ರೀ ಬಿ. ಶಿವರಾಮಪ್ಪ, ಬೆಂಗಳೂರು

### ಮೂಲಾಟ ಸಹಾಯಕ ಮಂಡಳಿ

1. ಶ್ರೀಮತಿ ಸರಳ, ಬೆಂಗಳೂರು
2. ಶ್ರೀಮತಿ ನಿರ್ಮಲ, ಬೆಂಗಳೂರು
3. ಶ್ರೀಮತಿ ಸಂಧ್ಯಾ, ಬೆಂಗಳೂರು
4. ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಮೋಹನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

### ಮುದ್ರಕರು ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಕಾಶಕರು :

ಕರ್ನಾಟಕ ಪರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ಒ.)  
ನಂ. 126, 2ನೇ ಮಹಡಿ, 7ನೇ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಬಡಾವಣೆ,  
ಪೋಲೀಸ್ ಠಾಣೆ ಎದುರು, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 011  
ದೂರವಾಣಿ : 080-26646899, 9481359920, 9902761761

ಕ್ರಿ.ಎಂ. : ಡಾಕ್ಟರ್ ಇಮೋವೆಬಿಲ್ ಕ್ರಿ.ಎಂ. ಸುಲ್ತಾನ್ ಪೇಟೆ, ಬೆಂಗಳೂರು  
www.pssmovement.org

## ಪರಿವಿಡಿ

ಪತ್ರಿಕೆ ವಾಣಿ.....	1
ಪರಿವಿಡಿ.....	2
ಸಂಪಾದಕೀಯ.....	3
ಧ್ಯಾನದ ವಿಧಾನ ಮತ್ತು ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ.....	4
ಕಾಣದ ಕೈಗಳು.....	5
ಎಕ್ ಹಾರ್ಟ್ ಟೋಲೇ.....	8
ನ್ಯೂಟನ್ ರವರ ಇಂಟರ್ ವ್ಯಾ.....	10
ಪರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಪತ್ರಿಕೆ.....	12
ಭೀಮೇಶ್ ಕಲಂ ಟು ಕಾಲಂ.....	17
ಓಶೋ ಕಥೆಗಳು.....	20
ಪಾಂಡಿಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಪರಮಿಡ್ ಗಳ ಹೆಜ್ಜೆ.....	21
ಆಹಾರ ವ್ಯವಹಾರ.....	23
G.C.S.S.....	25
ಹಿಮಾಲಯ ಧ್ಯಾನ ಯಾತ್ರೆ.....	26
ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತ ಬೀಜಾ ತರಂಗಗಳು.....	31
ಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳಾಗಿರಿ.....	32
ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನವು ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕ.....	34
ಪುಸ್ತಕ ಪರಿಚಯ.....	36
ಕೊಡ್ಲಿಗಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಆತ್ಮ ಸಾಯಿ ಪರಮಿಡ್	
ಶಂಕು ಸ್ಥಾಪನೆ.....	37
ಧ್ಯಾನಾನುಭವ.....	39
ಬ್ರಹ್ಮ ಜ್ಞಾನ.....	41
ಧ್ಯಾನ ವೇಮನ ವಿಶ್ವಗೀತೆ.....	42
ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳೆಸಾರ.....	43
ಸಿನಿಮಾ.....	44
ಅನ್ನ ದಾನ.....	45
ಮುಗುಳ್ಳೆಗೆ.....	46
ಕರ್ನಾಟಕ ಪರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್..	47

For any queries or suggestions,  
E-mail : dhyanakasturi@gmail.com





## ಸಂಪಾದಕೀಯ

"ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮನುಷ್ಯ ವೇವರಾಗುತ್ತಾನೆ" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆಯವರು. ಧ್ಯಾನ ಎಂಬುದು ಸತ್ಯದೊಡನೆ ಸಾಗುವ ಒಂದು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುವಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಮಾರ್ಗಗಳು ಇವೆ. ಸಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಸುಲಭವಾದ, ಸರಳವಾದ, ಖರ್ಚಿಲ್ಲದ ಮಾರ್ಗವೆಂದರೆ, ಅದು 'ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗ'. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಚಾರ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿದು, ಧ್ಯಾನ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಮುನ್ನಡೆದರೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಯು ವೇಗವಾಗಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇರೆಯವರ ಅನುಭವಗಳು ಸದ್ಭಾವಾಗಬೇಕಾದರೆ, ನಾವೇ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯ. ಆದರೆ, ಇತರರ ಅನುಭವಗಳು ನಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಆಗಬೇಕು. ಈ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಇದೆ.

ಧ್ಯಾನ ಕಠೋರಿಯ ಕರ್ನಾಟಕದ ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಹಲವಾರು ಕುತೂಹಲಕರ ಲೇಖನಗಳು ಮತ್ತು ಸ್ಪರ್ಶೀಕರಣ ಆಡಿಯೋ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ಸಂಕಲನವಾಗಿ ಒದಗಿಸುತ್ತಿದೆ. ಪತ್ರಿಕೆಯವರು ತಿಳಿಸಿರುವ 'ಆಹಾರ ವ್ಯವಹಾರ' ಈ ಸಂಚಿಕೆಯ ಪ್ರಧಾನ ಲೇಖನವಾಗಿ ಮೂಡಿಬಂದಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಈ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಖ್ಯಾತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಟಾರ್ಜಾನ್ ಸರಾಯ್ ಡೇರಿಯನ್ ರವರು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಪ್ರಕಟಗೊಂಡಿವೆ. ವಿದೇಶೀ ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳು ಸಹ 'ಅರಿವಿನೊಂದಿಗೆ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಚೊಕ್ಕಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿ, ಅಷ್ಟೇ ಸಾಕು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಗತವಸ್ತುಕ್ಕೆ ತೆರಳಿದ ಮೂಲಕ ಚಿಂತೆ ನೀಡಿದ ಖ್ಯಾತ ವೈದ್ಯ ಡಾ. ಸ್ಕೂಟನ್ ರವರ ಸಂದರ್ಶನ, ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಗೆ ಪತ್ರಿಕೆಯವರ ಮಾಹಿತಿ ಛೇದ ಕುರಿತ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಕುರಿತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ವರದಿಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ. ಹಾಗೂ, ಎಲ್ಲಾ ಸ್ಪರ್ಶೀಕರಣಗಳೊಂದಿಗೆ ಕುತೂಹಲಭರಿತ ಲೇಖನಗಳ ಸಹಿತ ಈ ಸಮೃದ್ಧ ಸಂಚಿಕೆ ನಿಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿವೆ.

ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಪರಿಷತ್‌ನ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನಿರ್ದಾರಗೊಳ್ಳುತ್ತಿವೆ. ಈ ಕುರಿತು ಹಲವು ವರದಿಗಳು ಇಲ್ಲಿವೆ. ಪತ್ರಿಕೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಹಿಮಾಲಯ ಧ್ಯಾನ ಯಾತ್ರೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆದಿದೆ. ಈ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಧ್ಯಾನಾನುಭವಗಳು ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾಗಿವೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಕಳೆದ ವರ್ಷದಿಂದ ಆರಂಭಗೊಂಡಿರುವ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಜಾಗತಿಕ ಸಮ್ಮೇಳನವು, ಈ ಬಾರಿ, ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2 ರಿಂದ 5 ರವರೆಗೆ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿದೆ ಎಂಬುದು ಅತ್ಯಂತ ಹರ್ಷದಾಯಕ ವಿಚಾರವಾಗಿದೆ. "ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ರಾಂತಿಯಿಂದ ಭೂಮಿಯ ವಿಕಾಸ" (EARTH EVOLUTION THROUGH SPIRITUAL REVOLUTION) ಎಂಬುದು ಈ ಸಮ್ಮೇಳನದ ಧ್ಯೇಯವಾಕ್ಯವಾಗಿದೆ. ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ಸಮ್ಮೇಳನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲಿದ್ದಾರೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನ ಪಿಪಾಸುಗಳಿಗೆ ಈ ಸಮ್ಮೇಳನವು ರಸವಾತನವಾಗುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ದಂದಣಿಗಳು.

ಎ.ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ

ವಿಳಾಸ: ಸಂ.958, 2ನೇ ಕ್ರಾಸ್, 1ನೇ ಬ್ಲಾಕ್

ಹೆಚ್.ಆರ್.ಬಿ.ಆರ್. ಬಡಾವಣೆ

ಕಲ್ಯಾಣನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು 560 043

ದೂ: 080-25427145, 9448883872

ಇ-ಮೇಲ್: sathyasao@gmail.com

## ನಮ್ಮ ಆಶಯಗಳು

ಪ್ರಿಯ ಧ್ಯಾನಿಗಳೆ,

ಬೆಂಗಳೂರು ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪರಿಚ್ಚುವಲ್ ಸೊಸೈಟಿ ಎನ್ನುವುದು ಈಗ 'ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್' ಎನ್ನುವ ಹೊಸ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಆವರಿಸಿದೆ. ಉದ್ದೇಶಿತ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಅನುಕೂಲಕ್ಕಾಗಿ ಇಡೀ ರಾಜ್ಯಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುವಂತೆ ಹಲವಾರು ಮಾರ್ಪಾಡುಗಳೊಂದಿಗೆ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆ ಅವರ ಆದೇಶಾನುಸಾರ ಈ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ್ನು ಹೊಸದಾಗಿ ರೂಪಿಸಲಾಯಿತು.

ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರವನ್ನು ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದಾದ್ಯಂತ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ. ರಾಜ್ಯದ ಎಲ್ಲಾ ತಾಲೂಕು ಅಥವಾ ಜಿಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ಶಾಖೆಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸಲಾಗುವುದು. ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಅವರವರ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಇದರ ಕಛೇರಿಗಳು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ಆದೇಶವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಉತ್ತರವಾದ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಆಯಾ ಗ್ರಾಮ/ಪಟ್ಟಣದ ಹೆಸರಿನ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮದಾದ ಈ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ಶಾಖೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ, ಬೇಕಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರ ಕಛೇರಿಯಿಂದ ಪಡೆಯಬಹುದು. ತಮ್ಮ ಬಂಧು, ಬಾಂಧವರು, ಸ್ನೇಹಿತರು, ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳು ಹೀಗೆ, ಎಲ್ಲರನ್ನು ಈ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ಸದಸ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಅವರ ವಿಳಾಸಗಳು ಮತ್ತಿತರ ವಿವರಗಳು ಕಛೇರಿಯಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾಗುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯವಾದುದು. ಸಮಯ ವ್ಯರ್ಥಗೊಳಿಸದೆ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಈಗ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಧ್ಯಾನಕಠೋರಿ ಈಗ ಉನ್ನತಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸುಂದರವಾಗಿ ಹೊರಬರುತ್ತಿದೆ. ಅಪಾರವಾದ ಧ್ಯಾನವಿಜ್ಞಾನ ಸಮಾಚಾರದನ್ನಲ್ಲದೆ, ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಹೊಸ ಹೊಸದಾದ ಆಕರ್ಷಕ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮಿಗಾಗಿ ಈ ಪತ್ರಿಕೆ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಕೈಗೆ ತಲುಪಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವುಗಳು ಸಭ್ಯರಾಗಲೇಬೇಕು. ಓದಲೇಬೇಕು. ನಮ್ಮ ಮುಖಾಂತರ ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಸಭ್ಯರಾಗಲೇಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಕಠೋರಿಯನ್ನು ಓದಲೇ ಬೇಕು. ಧ್ಯಾನ ಕಠೋರಿ ಮಾನವ ಪತ್ರಿಕೆ ಯನ್ನು ಸಹ ಎಲ್ಲರೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ಅದರ ಸದಸ್ಯರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಲು ಬೇಕಾದ ಕ್ರಮವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಕರ್ನಾಟಕದ ಮನೆ ಮನೆಗೂ ಒಬ್ಬ ಧ್ಯಾನ ಕಠೋರಿ ಸದಸ್ಯ ಇರಬೇಕು. ಮನೆ ಮನೆಯೂ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆಯವರ ಸತ್ಯವಾಕ್ಯಗಳ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಕಾಶದ ಜೊತೆ ಬೆಳಗುತ್ತಾ, ಧ್ಯಾನ ಕಠೋರಿಯ ಪರಿಮಳ ಸಹಿತ ಧ್ಯಾನಮಯವಾಗಬೇಕು.

ಅದ್ವೈತವಾದ ಮೈಗ್ರಾ ಪಿರಮಿಡ್ ಈಗ ಸರ್ವಾಂಗಸುಂದರವಾಗಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಬೆಳಕಾಗಿದೆ. ಅದರೂ, ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಇನ್ನೂ ಈ ಪಿರಮಿಡ್ ದರ್ಶನ ಭಾಗ್ಯವಿಲ್ಲದೇ ಇದ್ದಾರೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲರಿಗೂ ಈ ಮೆಗಾಪಿರಮಿಡ್‌ನ್ನು ಸಂದರ್ಶಿಸುವಂತೆ ಆಯಾ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಪಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ತರುಗಳು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ಅತಿ ಮುಖ್ಯ. ನಮ್ಮ ಕಛೇರಿಯ ಸಹಾಯವೆಂದೂ ಇರುತ್ತದೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ಇವೆ. ಉಚಿತ ಅನ್ನದಾನ ಸಹ ಇದೆ. ಪತ್ರಿಕೆ ಅವರು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳ ಮೊದಲ ಮೂರು ದಿನವೇ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿರುವುದು ತಿಳಿದಿರುವ ವಿಷಯವೇ. ಖಚಿತವಾಗಿ ಇನ್ನುಮೇಲೆ ಎಲ್ಲರೂ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿ-ಬೆಂಗಳೂರು ಚೆಲೋ ಎನ್ನುವುದು ಎಲ್ಲರ ಮುಂದಿರುವ ತಕ್ಕನಾದ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಬೇಕು.

ಬಿ.ಶಿವರಾಮಪ್ಪ, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ,

ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್, ಬೆಂಗಳೂರು





**ಧ್ಯಾನದ ವಿಧಾನ :** ಸುಖಾಸನದಲ್ಲಿ ಹಾಯಾಗಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು, ಎರಡೂ ಕೈ ಬೆರಳುಗಳನ್ನು ಪರಸ್ಪರ ಜೋಡಿಸಿಕೊಂಡು, ಕಣ್ಣೆರಡೂ ಮುಚ್ಚಿ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಬೇಕು. ಯಾವ ಮಂತ್ರ, ಜಪ ಅಥವಾ ನಾಮಸ್ಮರಣೆ ಇರಬಾರದು. ಯಾವ ದೈವೀಕಲ್ಪನೆಗಳು ಅಗತ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಅಹ್ಲಾದದಿಂದ ಗಮನಿಸುತ್ತಿರಿ ಅಷ್ಟೆ. ಸಹಜವಾದ ಉಸಿರಾಟದ ಮೇಲೆಯೇ ಗಮನವಿಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಕ್ರಮೇಣ ಆಲೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿ. ಈ ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅಪಾರವಾದ ವಿಶ್ವಮಯ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ (ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಎನರ್ಜಿ) ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶಿಸಿ, ನಾಡಿಮಂಡಲ ಶುದ್ಧಿಯಾಗಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ದೊರಕುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿದಿನ ನಿಯಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ದೇಹದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯ ಮಟ್ಟ ಹೆಚ್ಚಿ ಸುಪ್ರಚೀತನಗಳು ಜಾಗೃತಿಯಾಗುತ್ತವೆ. ಕ್ರಮೇಣ ದಿವ್ಯಚಕ್ಷು ಉತ್ತೇಜನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ಶಕ್ತಿ ಲಭ್ಯವಿದ್ದರೆ, ಪಿರಮಿಡ್ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿ ಬೇಗ ಬರುತ್ತದೆ; ಧ್ಯಾನ ಶಕ್ತಿ ಅಪಾರವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

## ಧ್ಯಾನದ ಲಾಭಗಳು

- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| ★ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯ      | ★ ಜೀವನದ ಗುರಿಯ ಸ್ಪಷ್ಟತೆ |
| ★ ನೆನಪಿನ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿ | ★ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನ     |
| ★ ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣು ಉತ್ತೇಜನ | ★ ಏಕಾಗ್ರತೆಯ ಶಕ್ತಿ      |
| ★ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ        | ★ ಮಾನಸಿಕ ಶಾಂತಿ         |
| ★ ಬುದ್ಧಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆ    |                        |

## ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ

“ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ” ಎಂಬುದು ಒಂದು “ಸಾಮೂಹಿಕ ಧ್ಯಾನ ಗೋಷ್ಠಿ”. ನಾವು ಎಲ್ಲಿದ್ದರ ಅಲ್ಲೇ, ಒಂದೇ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಕುಳಿತು ಮಾಡುವ ಧ್ಯಾನವು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಗ್ಗೂಡಿಸುತ್ತದೆ.

### “ಪ್ರತಿ ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ಗಂಟೆಯಿಂದ 7 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ”

ಒಂದು ಗಂಟೆಯ ಸಮಯವನ್ನು ಈ ಶ್ರೇಷ್ಠ ‘ಏಕತಾ ಸಂಪರ್ಕ’ಕ್ಕಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಜೂನ್ 1, 2008 ರಿಂದ ಆರಂಭಗೊಂಡು ಡಿಸೆಂಬರ್ 2012ರ ಅಂತ್ಯಕ್ಕೆ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಶ್ರೇಷ್ಠ ಏಕತಾ ಭಾವದೊಂದಿಗೆ “ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್”ನ್ನು ಸಾಧಿಸೋಣ

### 2012ರ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಇಡೀ ಜಗತ್ತನ್ನು ಆಧ್ಯಾತ್ಮೀಕರಿಸೋಣ !

“ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನ ಯೋಜನೆ”ಯು ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ವಿಪರೀತವೇಬೇಕು. ವಿಶ್ವಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ಜಗತ್ತಿನ ಸಮಸ್ತವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಪಸರಿಸುವ ಪುನ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಶ್ರಮಿಸೋಣ.

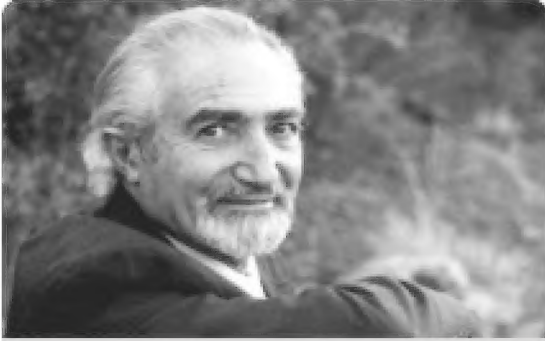
ಇಡೀ ಅಸ್ತಿತ್ವದ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಸಹ ಇರುವಿರಿ ಎಂದು ನೀವು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಈ ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಸಹ ಒಬ್ಬ ಅಭ್ಯರ್ಥಿಯೇ ಹೌದು !

“ನಿಮ್ಮ ಉಸಿರಿನೊಂದಿಗೇ ಇರಿ ”

# ಕಾಣದ ಕೈಗಳು

Torkem Saraydarian

ಟಾರ್ಕಾಮ್ ಸರಾಯ್‌ಡೇರಿಯನ್ ಒಬ್ಬ ಮಹಾನ್ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಚಾರಾನ್ವಿತ ಲೇಖಕನಾಗಿದ್ದು ಜನರಿಗೆ ಸತ್ವದ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಮಹನೀಯರು. ಮನುಷ್ಯ ತಾನೇ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಂಡ ಬಂಧನಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿ ತನ್ನ ಸ್ವಂತ ಪರಿಚಯವಿಲ್ಲದೆ, ತನ್ನ ನಿಜವಾದ ಸ್ವರೂಪ, ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ, ಕಂಗಾಲಾಗಿದ್ದುಕೂಡ ಟಾರ್ಕಾಮ್ ರಂತಹ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳ ಮಾತುಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಎಚ್ಚರಗೊಳಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ವಿಶ್ವದೊಳಗೆ ಮಾಂಯಾಸಾಗರದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಇರುವಿಕೆಯ ಹಿಂದೆ ಒಂದು ಮಹತ್ತರವಾದ ಪ್ರಕಾಶಕೆ ಇದೆ ಎಂದು ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಉಂಟಾಗುವ ಈ ಮೌಢ್ಯವನ್ನು ತೊಲಗಿಸಿ ಜನರನ್ನು ಈ ಮಾಯೆಯಿಂದ ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಟಾರ್ಕಾಮ್‌ರವರು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸೇವೆ, ಬನ್ನಿ ಟಾರ್ಕಾಮ್‌ರನ್ನು ಮಾತಾಡಿಸಿ, ಅವರದೇ ಆದ ಸ್ವಂತ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.



ಟಾರ್ಕಾಮ್ ಸರಾಯ್‌ಡೇರಿಯನ್

ಸೇವೆ

"ಬಹಳಷ್ಟು ಮಂದಿ ತಮ್ಮ ಪತ್ರಗಳ ಮೂಲಕ ನನಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕನಕುಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ನೀಡಿದ ಸಂದೇಶಗಳಿಂದ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಿಂದ ಅವರಿಗೆ ಬಹಳ ಋಣಿ ಸಿಕ್ಕಿದೆ. ಸ್ವಪ್ನಲೋಕದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗುಂಟಾದ ಅನುಭವಗಳು ಅವರದ್ದೆ ಹೊರತು ನನ್ನದೇನು ಇಲ್ಲ. ನಿಜ ಸಂಗತಿ ಏನೆಂದರೆ, ಅನುಭವವು ಅನುಭವ ಹೊಂದಿದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಸ್ವಂತ ವಿಚಾರವಾಗುತ್ತದೆ ಹೊರತು ಅದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸ್ವಂತಿಕೆ ಏನೂ ಇಲ್ಲ. ಆಸಕ್ತಿಯೂ ಇಲ್ಲ, ನಾನು ಮಾಡುವ ಸೇವೆ ಹಾಗೂ ನೀಡುವ ತರಬೇತಿ ಮಾತ್ರ ನನ್ನದ್ದು. ಮತ್ತೇನೂ ಇಲ್ಲ. ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವ ಜನರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ನೀಡುವುದು ಅಥವಾ ವೈಷಯವನಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ಗಮನಿಸುವುದು ನನ್ನದಾಗದು. ಮಾಯೆಯ ತೆರೆಯನ್ನು ಸುಸುವುದೊಂದೇ ನನ್ನ ಕೆಲಸ. ಅದೇ ನನ್ನ ಸೇವೆ. ಈ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗತವಾದ ವಿಚಾರಗಳು, ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಇಲ್ಲದೇ ಇ

ನಮ್ಮ ಕನಸಿನ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಪಾಲುದಾರಿಕೆ ಇರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಕೆಲವು ಕುದ್ರ ಶಕ್ತಿಗಳು ನನ್ನ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ನನ್ನ ಸ್ವಪ್ನದಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಆ ಕುದ್ರ ಶಕ್ತಿಗಳು ತಿಳಿಸುವ ಸಂದೇಶಗಳು ನಿಮಗೆ ನಿಜವೆನಿಸಿ ನೀವು ಅದನ್ನು ಒಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ಅವು ತಮ್ಮ ದುಷ್ಕೃತ್ಯಗಳನ್ನು ಕುರುಮಾಡಿ ದ್ವಂದ್ವ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಎಚ್ಚರಿಕೆ!

ನಾನು ಮಾಯೆಯನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಶ್ರಮಿಸುವವನೇ ಹೊರತು, ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮತ್ತಷ್ಟು ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸಲು ನನಗಾವ ಅಧಿಕಾರವೂ ಇಲ್ಲ.

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸೌರದೇವತೆಗಳು ನನ್ನ ಚಿತ್ರದ ಮೂಲಕ ಜನರಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ. ಆಗಲೂ ಕೂಡ ಅದರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕೈವಾಡವಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅದರ ಒಳಿತು, ಕೆಡೆಕುಗಳಿಗೆ ಅವರೇ ಜವಾಬ್ದಾರರು.

ಅದೃಶ್ಯ ಸಹಾಯಕರು

ಹಲವು ಬಾರಿ ಜನರು ನನಗೆ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆ ನಾನು ಅವರನ್ನು ಸ್ವಪ್ನದಲ್ಲಿ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಯಾವುದೋ ಬೇರೆ ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದು ಮಹಾ ಚೈತನ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಒಂದುಗೂಡಿಸಿದನೆಂದು ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳಿಗೆ ಅಮಂತ್ರಣ ಕೊಟ್ಟು ಸಮಯ, ದಿನಾಂಕ, ವಿಳಾಸ ತಿಳಿಸಿದನೆಂದು, ಇನ್ನೂ ಏನೇನೋ ಹೇಳಿ ನನ್ನನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಈ ರೀತಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ, ಅಷ್ಟು ಶಕ್ತಿ ನನಗಿಲ್ಲ.



ಅವರು ಮಾಡುವ ಪ್ರತೀಕಗಳಿಗೆ ನಾನು ಹಿಗ್ಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಒಂದನ್ನು ಮಾತ್ರ ವಿಚಿತವಾಗಿ ಹೇಳಬಲ್ಲೆ. ನಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳದೆ ಇರುವ ಹಲವಾರು ಅದೃಶ್ಯ ಸಹಾಯಕರಿದ್ದಾರೆ. ನಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯದಾಗುವುದಕ್ಕೇಂದು ಅವರು ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದುಂಟು, ನಾವು ಅವರಿಗೆ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಒಂದೇ ಒಂದು ದಾರಿಯಿದೆ. ನಾವು ಮಾಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕದೆ ಇರುವುದೇ ಅವರಿಗೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕಾದ ಕೃತಜ್ಞತೆ. ನನ್ನನ್ನು ಜ್ಞಾನದ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಮಾಧ್ಯಮ ಎಂದು ದಯವಿಟ್ಟು ಎಣಿಸಬೇಡಿರಿ. ನನ್ನ ಸ್ವರ್ಮದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿತಿಶೀಲಿಯಿಂದ ಪ್ರಚ್ಛೇದ ಪಡದಾಗಲೆಂಟೆಗೆ ಹೋಗಿ, ಜ್ಞಾನ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಹಾಗೂ ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಬೇಕಾದ ಉಪಾಯಗಳ ಸರಮಾಲೆಯನ್ನೇ ತರಲು ಸಿದ್ಧನಿರುವ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಮಾತ್ರ ನಾನು.

“ವೇದ ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು, ಭಗವದ್ಗೀತೆ, ಪುರಾಣಗಳು ಇನ್ನು ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಾನು ಬಲ್ಲೆ. ಇಷ್ಟೊಂದು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಭೋಧಿಸುವ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಓದಿದರೂ, ನಾನೆಂದೂ ಅವುಗಳನ್ನು ಆಧಾರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಸ್ವಂತಿಕೆಯೇ ಬೇರೆ. ಇಂತಹ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ನನ್ನ ವಿಸ್ತಾರವನ್ನು ನಾನೆಂದೂ ಮೀರಿಕೊಳ್ಳಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ”. ನಾನು ನಾನೇ.

“ನಾನು ಹೇಳಿಕೊಡುವ ಪಾಠಗಳು ಬಲು ಸರಳ ಹಾಗೂ ಸ್ಪಷ್ಟ. ಇದನ್ನು ಕಲಿಯಲು ಬಲು ಸುಲಭ ಎಂದು ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ನನಗೆ ಪತ್ರದ ಮುಖೇನ ಅಭಿನಂದಿಸಿದ್ದಾರೆ”.

ನಾನೊಬ್ಬ ಸಂಗೀತ ಪ್ರೇಮಿ, ಅದರಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಎಳು ಸಂಗೀತ ವಾದ್ಯಗಳನ್ನು ನುಡಿಸಬಲ್ಲೆ. ನನ್ನ ಸಂಗೀತದಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಭಾವನೆ ಇದೆ.

### ನನ್ನ ತತ್ವ ಬೋಧನೆ

ನನ್ನ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಹರಡುವುದೆಂಬ ಧೃಢ ನಂಬಿಕೆ ನನಗಿದೆ. ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಗುಂಪುಗಳು ನಿರ್ಮಾಣಗೊಂಡು ಹಲವಾರು ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ನನ್ನ ತತ್ವಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಸತ್ಯಾನ್ವೇಷಣೆಯ ಹಾದಿಗಳನ್ನು ಒಂದು ಗೂಡಿಸುವಂತದ್ದಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಎಷ್ಟೋ ಮಂದಿ ಬೆಂಬಲಿಗರು ನನ್ನ ತತ್ವಗಳನ್ನು ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತವಾಗಿ ಜನರಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜನರಿಗೆ ಸೇವೆಮಾಡುವುದು ನನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯ. ಈ ಜನರ ಮನಸ್ಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ನನಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಗೊತ್ತಿದೆ. ಅವರು ಪಡುತ್ತಿರುವ ನೋವುಗಳು ಹಾಗೂ ಅದನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆನಂದವನ್ನು ತುಂಬಿ, ಅವರನ್ನು ಭವಿಷ್ಯದಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯಬಲ್ಲೆ. ಮುಂಜಾನೆಯ ಮಸುಕಿನಂತೆ ನನ್ನ ಬೋಧನೆಗಳು ಇನ್ನೂ ಮಂಚಿನ ತೆರೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ಈ ತೆರೆಯು ಕರಗಿ ಜ್ಞಾನದ ವಿಕಾಸವಾಗಿ ಪ್ರಜ್ವಲಿಸುವ ಸೂರ್ಯನಂತೆ ವಿಜೃಂಭಿಸುವ ದಿನ ದೂರವಿಲ್ಲ. ನನ್ನ ಕಲಿಕೆಯ ಮೆರುಗು ನನ್ನ ಗುರುಗಳಿಗೆ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಅವರೇ ತಾನೆ ನನ್ನನ್ನು ಪ್ರಚ್ಛೇದ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮೊಳೆಯಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡಿದ್ದು.

### ನನ್ನ ಬರವಣಿಗೆ

• ನಾನು ಬರೆಯುವ ಮುನ್ನ ನನ್ನ ತಲೆ ಹಾಗು ಬೆನ್ನೆಲುಬಿನ ಸುತ್ತಲು ವಿದ್ಯುತ್ ಸಂಚಾರವಾದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಸಂಚಾರವೇ ಹೊರತು ಕೃತಕವಾದುದಲ್ಲ. ನನ್ನ ಪ್ರಜ್ಞಾ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು ಕೆಲವು ಕ್ಷಣಗಳ ಕಾಲ ಮೌನವಾಗಿರುತ್ತೇನೆ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಕಾಶದಿಂದ ಕೆಲವು ಕಿರಣಗಳು ನನ್ನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದಿಂದ ಒಳಗೆ ಹರಿಯುತ್ತದೆ. ಆಗ ನನ್ನ ಮೆದುಳಿನಿಂದ ಹೊರಡುವ ಬೆಳಕಿನ ಬಿಂಬಗಳು ಅಪಾರವಾದ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಉಪಾಯಗಳನ್ನು ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ಸೆರೆಹಿಡಿದು ನನ್ನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಇದರ ಪ್ರಸಾರವು ಅದೆಷ್ಟು ಚುರುಕಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಭರಿತವಾಗಿ ಇರುತ್ತದೆಂದರೆ, ನಾನು ಅದನ್ನೆಲ್ಲ ಕೂಡಲೇ ಬರೆದಿಡುತ್ತೇನೆ, ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಅವು ನನ್ನಿಂದ ಮರೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಅನಂತರ, ನಾನು ಬರೆದಿಟ್ಟ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕೂಲಂಕಿತವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ ನನ್ನ ಬರಹವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತೇನೆ.

ನನ್ನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರವನ್ನು ತಾಕುವ ಕಿರಣಗಳು ನನಗಿಂತಲು ಮೇಲೆ ಇರುವ ಯಾವುದೋ ಒಂದು ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆಂದು ನಾನು ಬಲ್ಲೆ. ಈ ಕಿರಣಗಳು ನನ್ನ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಶರೀರದ ಹಲವಾರು ಭಾಗಗಳ ಮೂಲಕ ಹಾದು ಹೋಗುತ್ತಾ ಸುವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಈ ವಿಶ್ವದೊಂದಿಗೆ ಒಂದುಗೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ಆ ಕ್ಷಣಗಳು ನನಗೆ ಉಲ್ಲಾಸಭರಿತವಾಗಿ ತೋರುತ್ತದೆ.

### ಮಿಂಚಿನಂತಹ ಆಲೋಚನೆಗಳು

ವಿದ್ಯುತ್ ಕಾಂತ ಶಕ್ತಿಯುಳ್ಳ ಆಲೋಚನೆಗಳ ಮೋಡಗಳ ಜೊತೆ ನನ್ನ ಸಂಪರ್ಕ ಸದಾ ಇದ್ದೇ ಇದೆ. ಇಂತಹ ಮಿಂಚಿನಂತಹ



ಆಲೋಚನೆಗಳು. ಕೆಲವು ಗುರುಗಳಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಈ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬಲು ಮೋಹಕವಾಗಿಯೂ ಹಾಗೂ ಅದರ ಸತ್ಯಸಂದರ್ಭ ನಿರುಪಮವಾಗಿಯೂ ತೋರುತ್ತದೆ. ಅದಕಾರೂ, ಇನ್ನೂ ಸಾವಿರ ವರ್ಷಗಳ ಪರಂಪರೆ ಬೇಕಾಗ ಬಹುದೆಂದು ನನಗನಿಸುತ್ತದೆ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಂದೇ ಒಂದು ಜ್ಞಾನದ ಹನಿಯು ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪ್ರಸ್ತುತ ನಿವಾರಣೆಯಾಗಿ ಆಧಾರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ನನ್ನ ಸುತ್ತಲು ಆವರಿಸಿರುವ ಬೆಳಕು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಬಲು ಮಧುರವಾಗಿಯೂ ತೋರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಎದೆಗುಂದುವಂತೆ ಅಥವಾ ಸೌಮ್ಯವಾಗಿಯೂ, ಪ್ರಸನ್ನತೆಯಿಂದಲೂ ತೋರುವುದು. ಈ ಬೆಳಕಲ್ಲದೆ ನನ್ನ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ ಎಲ್ಲವೂ ನಿರರ್ಥಕವಾಗಿಯೂ ಅಥವಾ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟದ್ದಾಗಿಯೂ ತೋರುತ್ತದೆ. ಬಹಳಷ್ಟು ಜನರನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾತನಾಡುವಾಗ, ಯಾರೋ ನನ್ನನ್ನು ಆಮಂತ್ರಿಸಿದಂತೆ ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ನನ್ನ ಅಂತರಾಳವನ್ನು ದರ್ಶಿಸಿದಾಗ, ಅಪಾರವಾದ ಶಕ್ತಿಯ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ಎಷ್ಟೋ ತಿಂಗಳುಗಳ ಕಾಲ ಅದು ಹರಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ.

### ಸ್ವಶಕ್ತಿ

ನನ್ನ ಈಗಿನ ಅವತಾರದಲ್ಲಿ ನಾನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ, ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆಗಾಗಿ ಯಾರನ್ನೂ ಅವಲಂಬಿಸ ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ದುಡಿಮೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಆರಿವನ್ನು ವಿಸ್ತಾರಗೊಳಿಸಿ, ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳದ ದೈವೀಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಂಬಬೇಕು. ಕೆಲವು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಇಡುವ ಮುಂಚೆಯೇ ಅದರ ಪೂರ್ತಿ ಉತ್ತರ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದು ಹಲವರನ್ನು ಬೆರಗುಗೊಳಿಸಿದೆ. ನಾನು ಆ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತುಂಬಾ ಸವಿಯುತ್ತೇನೆ.

ಈ ಎದ್ದುತ್ ಕಾಂತ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಭರಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದಾಗ ನಾನು ಸಂಗೀತದ ಮೂಲಕ ಒತ್ತಡದಿಂದ ನಿವಾರಣೆ ಹೊಂದುತ್ತೇನೆ. ನನ್ನ ಬರವಣಿಗೆ ಪ್ರಜ್ಞಾವಸ್ಥೆಯ ಕೆಲವು ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಆದ ಅನುಭವಗಳ ಸಂಗ್ರಹ. ಈ ಪ್ರಪಂಚವು ನನಗೆ ಕೇವಲ ರೂಪು ರೇಖೆಗಳ ಘನ ಪದಾರ್ಥವಲ್ಲ, ಅದು ನನಗೆ ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತವಾದ ಶಕ್ತಿಯ ಅಲೆಗಳ ಸಾಗರ.

### ನನ್ನ ಗುರು

ನನ್ನ ಗುರುವು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರಯಾಣಿಸುತ್ತಲೇ ಇದ್ದು ನನ್ನನ್ನು ಸದಾ ಗಮನಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಬೇಕಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ನನಗೆ ಶಕ್ತಿ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾ ನಾನು ಆಪತ್ತಿನಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ತನ್ನ ಹಸ್ತವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ನನ್ನ ಎಷ್ಟೋ ತೊಂದರೆಗಳು ಕ್ಷಣಾರ್ಧದಲ್ಲಿ

ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಯ ಸಾಗರಕ್ಕೆ ನಾನು ಧುಮುಕುತ್ತೇನೆ.

### ಆನಂದವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು

ಧೈರ್ಯವಂತರು, ನಿಷ್ಠಾಳಿಗಳು ಹಾಗೂ ತ್ಯಾಗ ಬೀದಿಗಳನ್ನು ನಾನು ತುಂಬಾ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಮ್ಮ ಭವಿಷ್ಯ ಉಜ್ವಲವಾಗಿರಬೇಕಾದರೆ, ಇಂತಹವರ ಅದ್ವೈತ ಬಹಳ ಇದೆ. ನಾವು ಇನ್ನೂ ಮಹೋನ್ನತವಾದ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಹೊರಟಿದ್ದೇವೆ ಈ ಕೆಲಸದಿಂದ ನಮ್ಮ ಹೃದಯಗಳಿಗೆ ಸಿಗುವ ಆನಂದ ಅಪ್ರತಿಮ.

### ಸೇವೆ ಹಾಗೂ ತ್ಯಾಗ

ನಾನು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೂ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೆ. ನನ್ನ ಸ್ವಂತ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ನನ್ನ ಆರ್ಥಿಕ ಭವಿಷ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಎಂದೂ ಯೋಚಿಸಿದವನಲ್ಲ. ಎಷ್ಟೋ ದಿನಗಳು ನನ್ನ ಬಳಿ ಹಣ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೂ ಊಟ, ನಿದ್ರೆ, ಬಟ್ಟೆ, ಇರಲು ಮನೆ ಹಾಗೂ ಓಡಾಡಲು ವಾಹನ ಸದಾ ಇತ್ತು. ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ನೀಡಿರುವ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಸ್ತುತಗಳಾಗಿ ಮಾಡಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನಂಬಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಮೂಲಕ ಜನರು ತಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ನೆಮ್ಮದಿಗಳನ್ನು ತುಂಬಿಸಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ಮನೆ, ದೇಶ ಹಾಗೂ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸ್ವರ್ಗವಾಗಿಸಬೇಕೆಂದು ಆಶಿಸುತ್ತೇನೆ.

### ಪ್ರಪಂಚವು ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ

ನಾನೊಬ್ಬನೇ ಇಷ್ಟೊಂದು ಮಾಡಿರುವಾಗ ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಒಂದಾಗಿ 100 ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡಬಲ್ಲೀರಿ. ನಾನು ನೀಡಿರುವ ಬೋಧನೆಗಳೆಲ್ಲವೂ ಶಾಲ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿ, ಅವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಅದರಿಂದ ಅಪಾರವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಿ ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ. ಜನರಲ್ಲಿ ವಿವೇಚನಾ ಶಕ್ತಿಯು ಎಚ್ಚರಗೊಂಡಿದೆ. ಇಲ್ಲಿಯ ತನಕ ಅವರಿಗೆ ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟ ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ವಿಂಡಿಸಿ ಸತ್ಯವನ್ನು ಭೋದಿಸುವ ಗುರುಗಳನ್ನು ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ದೈವವು ಸದಾ ಸಿದ್ಧವಿರುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಡಿ. ನೀವು ತಿಳಿಯಬೇಕಾದ ಸತ್ಯವೇನೆಂದರೆ, ಮಹೋನ್ನತವಾದ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು, ಚಿಂತನೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಷ್ಟೂ ನೀವು ದೈವಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುತ್ತೀರಿ.

ಅನುವಾದ : ಶ್ರೀನಿವಾಸ ನಿರ್ಮಲ

ಬೆಂಗಳೂರು







## ನಿಮ್ಮ ಶ್ವಾಸದ ಜೊತೆ ಅರಿವಿನಿಂದ ಇರಿ-ನಾಹು!



ಬಿಟ್‌ಹಾಟ್ ಟೋರೇ

ಈ ವಂಧ್ಯ ನೆನ್ನ  
ಸೇಹಿತನೊಬ್ಬನು ಒಂದು  
ದೊಡ್ಡ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ  
ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ  
ವಾರ್ಷಿಕ ಪ್ರಕಟಣಾ  
ಪತ್ರಿಕೆಯ ನೆನ್ನ  
ತಂದುಕೊಟ್ಟನು.. ಆ  
ಪತ್ರಿಕೆಯ ನೆನ್ನ

ಓದುತ್ತಾ...ಅದರಲ್ಲಿ ಅನೇಕಾನೇಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಂಶಗಳ ಮೇಲೆ  
ವಿವಿಧ ಬೋಧನೆಗಳು, ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಬಿರಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ವಿವರಗಳನ್ನು  
ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳದೇ ಇರದೆ ಹೋದೆನು. ಒಂದೇಸಾರಿಗೆ ನನಗೆ  
ಸಾವಿರಾರು ಅಡುಗೆಗಳನ್ನು ಭಾರಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಾಟು  
ಮಾಡಿ, ನಮ್ಮ ಇಪ್ಪಕ್ಕೆ ಆರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅರೆಂಜ್  
ಮಾಡಿಟ್ಟಿರುವ ಬಫೆ ತರಹ ಸಕಲವೂ ಸಿಗುವಂತಿರುವ  
ರುಚಿಯಾದ ಮೃತ್ಯುಾಸ್ನ ಬೋಜನ ನೆನಪಿಗೆ ಬಂತು.  
"ಪ್ರತಿಸಾರಿ, ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸಮಯ ನಮ್ಮ ಸಹಜ ಶ್ವಾಸ  
ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯ ಜೊತೆ ಸೇರಿ ಇದ್ದರೆ ಸಾಕು! ಎಂಬುದು ನೆನಪಿಗೆ  
ಬಂತು. ಒಂದು ವರ್ಷ ಹೀಗೆ ಮಾಡಿ ನೋಡಿ...ನೀವು  
ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಪದ್ಧತಿಗಳಿಗಿಂತ ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿ ಅತಿ  
ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪರಿಣಾಮ, ಬದಲಾವಣೆ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.  
ಮೇಲಾಗಿ ಇದು ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಉಚಿತ ಕೂಡ".

ಶ್ವಾಸ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಾ ಇರುವ ಆ  
ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಸ್ವಲ್ಪ  
ದೂರವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಖಾಲಿ ಪ್ರದೇಶ  
(ಆಕಾಶ) ಸೃಷ್ಟಿಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ...ಇದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ  
ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಒಂದು ಅದ್ಭುತವಾದ ಪದ್ಧತಿ!

ನಿಮ್ಮ ಶ್ವಾಸದ ಜೊತೆ ನೀವು ಅರಿವಿನಿಂದಿರಿ

ಉಚ್ಚಾಸ್, ನಿಶ್ವಾಸಗಳ ಸ್ಪಂದನೆಗಳನ್ನು ಜಾಗ್ರತೆಯಾಗಿ  
ಗಮನಿಸಿ. ಒಳಗೆ ಹೋಗುವ ಗಾಳಿ, ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವ  
ಗಾಳಿ ಅಂದರೆ, ಉಸಿರಿನ ಒಡನಾಟವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಿ.  
ಒಂದು ಅರಿವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಶ್ವಾಸ ಸಾಕು...ಒಂದು

ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಆಲೋಚನೆಯ ಮಧ್ಯೆ ಸ್ವಲ್ಪ  
ಖಾಲಿ ಜಾಗವನ್ನು ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾಗಿ ಅವಿಷ್ಕರಿಸುತ್ತದೆ.

ಶ್ವಾಸ ಅನ್ನುವುದು ನಾವು ತಿಳಿದು ಮಾಡುವ ಕ್ರಿಯೆ ಅಲ್ಲ.  
ಆದ್ದರಿಂದ, ಎಂತಹ ತೋದರೆ (ಪ್ರಯಾಸ)ಇಲ್ಲದೆ ನಾವು ನಿಮಿತ್ತ  
ಮಾತ್ರವಾಗಿ, ಸಾಕ್ಷಿಭೂತವಾಗಿ ಗಮನಿಸಲಾಗುವ ಒಂದು ದಿವ್ಯ  
ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಪುನಃ ಪುನಃ ಮನನ ಮಾಡೋಣ... 'ಶ್ವಾಸ' ತನಗೆ  
ತಾನೇ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ನಿಗೂಢ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ!

ನಮ್ಮ ಅಂತರಾಳದಲ್ಲಿ ಒದ್ದಿ ಬದುಗಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಇದು.  
ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾದ್ದೆಲ್ಲಾ ಬದುಗುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಲಯ ಬದ್ಧವಾಗಿ  
ಗಮನಿಸುವುದೇ ಆಗಿದೆ. ಯಾವುದೇ ಶ್ರಮ, ಪ್ರಯತ್ನದ ಅವಶ್ಯಕತೆ  
ಇಲ್ಲ. ನಿಶ್ವಾಸಕ್ಕೂ ಮೇಲೆ ಉಚ್ಚಾಸ್‌ಕ್ಕೂ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ಆ ಸ್ವಲ್ಪ  
ಕೂಸ್ಯತೆಯನ್ನು ಜಾಗ್ರತೆಯಾಗಿ ನೋಡೋಣ ಬನ್ನಿ!  
'ಶ್ವಾಸ' ತಾನಾಗಿ ರೂಪರಹಿತವಾದದ್ದು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಪ್ರಾಚೀನ  
ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಶ್ವಾಸ ಆತ್ಮರೂಪಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಬಿಂಬವಾಗಿ  
ವರ್ಣಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ... ಶ್ವಾಸ ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಏಕತ್ವರೂಪವಾದ ಪ್ರಾಣದೇ!  
ಭೂಮಿಯಿಂದ ಶೇಖರಿಸಿದ ಧೂಳಿನಿಂದ ಭಗವಂತ  
ಮನುಷ್ಯರೂಪವನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಿ, ಮೂಗಿನ ರಂಧ್ರದಲ್ಲಿ  
ತನ್ನನ್ನೇ, ಪ್ರಾಣ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಶ್ವಾಸವಾಗಿ ತುಂಬಿದ್ದಾನೆ...ಅಷ್ಟೇ! ಆಗ  
ಆ ಮನುಷ್ಯ ರೂಪವೇ ಸಜೀವವಾದ ಮಾನವತ್ವವಾಗಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದೆ.

ಜೆಸುಸ್ 2:7

ಜರ್ಮನಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಪರ್ಯಾಯ ಪದವಾದ  
'ಆತ್ಮನ್', ಪ್ರಾಚೀನ ಭಾರತ ಸಂಸ್ಕೃತ ಪದವಾದ 'ಆತ್ಮನ್'  
ಆಧಾರವಾಗಿ ರೂಪಹೊಂದಿದುದೇ! ಅಂತರಂಗದಲ್ಲಿ  
ಜೀವವಾಗಿ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಆ ಮೂಲ ಚೈತನ್ಯ  
ಭಗವತ್ ಸ್ವರೂಪವೇ 'ಆತ್ಮನ್' ಆಗಿ ವರ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಶ್ವಾಸಕ್ಕೆ ರೂಪ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇಲ್ಲದೇ ಇದ್ದುದರಿಂದ,  
ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ಅನುವ ಪದ್ಧತಿ...ಮಹಾ  
ಕೂಸ್ಯತೆಯನ್ನು ಅವಿಷ್ಕರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಂತ ಅನುಕೂಲವಾದ,  
ಸಮರ್ಥಕವಾದ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ವಿರಾಚಿಸುತ್ತಿದೆ.  
ಮಿತಿ, ಪರಿಮಿತಿ ಇಲ್ಲದ ವಸ್ತುವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಶ್ವಾಸ



ಅತ್ಯದ್ಭುತವಾದ ಧ್ಯಾನ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ವಿರಾಜಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಎಷ್ಟು ನಿಗೂಢವಾಗಿರುತ್ತದೆ...  
ಕಿಷ್ಕಿಣ್ಣವಾಗಿರುವುದೋ...ಅಷ್ಟು ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವ  
ಹಾಗೆ ಕಾಣುವ ಈ ಶ್ವಾಸ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ...ಎಷ್ಟೋ ಗಮ್ಯವಾಗಿ,  
ಅತ್ಯಂತ ಸುನಾಯಾಸವಾಗಿ ಸಮಗ್ರ ಅತ್ಯುನ್ನತ  
ಆನಂದಾನುಭೂತಿಗಳನ್ನು ನೀಡುವ ವರವಾಗಿದೆ.

ಶ್ವಾಸದ ಲಯವನ್ನು ಅರಿವಿನಿಂದ ಗಮನಿಸಿದೆ...ಸಂಪೂರ್ಣ  
ಅಂತರಂಗದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ  
ಜೀವಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಅರಿವಿನಿಂದ ಗಮನಿಸುವ ಪ್ರತಿಬಾರಿಯೂ ನಾವು  
ತಪ್ಪದೇ ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ವರ್ತಮಾನದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾ ಇರುತ್ತೇವೆ  
ಕ್ರಮವಾಗಿ ನಾವು ಎಷ್ಟು ವರ್ತಮಾನ ಅನುಭವಗಳಲ್ಲಿ  
ಜಾರಿಹೋಗುತ್ತೇವೆಂದರೆ, ನಾವು ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂಬುದು  
ವಿಷಯವನ್ನು ಸಹಿತ ಮರೆತು ಹೋಗುವಷ್ಟು...!

ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಚಿತ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು

ನಿರೋಧಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಇಲ್ಲಿ ಆ ಮನೋವಿನ್ಯಾಸ ನಿಶ್ಚಲತ್ವ  
ನಿರ್ದೇಯಲ್ಲೋ, ಅಚೇತನವಾಗಿಯೋ ಆಗುತ್ತಿಲ್ಲ...ಪೂರ್ಣ ಎಚ್ಚರಿಕೆ  
ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ, ಅರಿವಿನಿಂದ ಇರುವಾಗಲೇ ಆಗುತ್ತದೆ.  
ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಎಂತಹ ವಿಶೇಷ! ನಾವು ಇಲ್ಲಿ ಆಲೋಚನೆಗಳ  
ಅಳದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಹೋಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಸಂಕಲ್ಪಗಳ ಅಲೆಗಳ ಮೇಲೆ  
ತೇಲುತ್ತಿದ್ದೇವಲ್ಲವೇ! ಸರಿಯಾಗಿ ನೀವು ಗಮನಿಸಲಾದರೆ,  
ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವರ್ತಮಾನವನ್ನು ಆಸ್ವಾದಿಸಲ್ಪಡುವುದು,  
ಚೈತನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಆಲೋಚನಾರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು  
ಹೊಂದಲಾಗುವುದು ಎಂಬುವುದು ನಮ್ಮ "ಪೂರ್ಣ ಸ್ಥಿತಿ"  
ಎಂಬುವ ನಾಣ್ಯಕ್ಕೆ ಇರುವ ಎರಡು ಮುಖಗಳೇ ಹೊರತು  
ವಿರುದ್ಧಭಾವನೆಗಳಲ್ಲ. ಇವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಮಹಾತೂನ್ಯ  
ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಅವಿಷ್ಕರಿಸುವ ದಿವ್ಯ ಕುಸುಮಗಳು!

‘ಎ ನ್ಯೂ ಆರ್ಥ್’ನಿಂದ  
ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ : ಪುಷ್ಪಾ ಮೋಹನ್



## ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಟೂರ್ಸ್ & ಟ್ರಾವೆಲ್ಸ್ ಧ್ಯಾನ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಹಾರ ಯಾತ್ರೆ ಸಮಾಚಾರ



ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ಮದ ಆಶ್ಚರ್ಯಗೊಳಿಸುವ ಮತ್ತು ವಿಜ್ಞಾನದಾಯಕ ಹೆಸರಾಂತ ದಿವ್ಯ ಪ್ರದೇಶಪ್ರಾಂತಗಳ ವಿಶೇಷವಿಜ್ಞಾನವು ಕೂಡ  
ಆಧ್ಯಾತ್ಮೋನ್ನತಿಗೆ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವೆನ್ನುವುದು ಹೇಳಬೇಕಿಲ್ಲ. ಈ ದಿಶೆಕಡೆ ಗಮನ ಎತ್ತು ಈಗ ಕೆಳಗಿನ ಧ್ಯಾನ ವಿಹಾರ ಯಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಮೇಲ್ಕಂಡ  
ಸಂಸ್ಥೆಯಿಂದ ಆಯೋಜಿಸಲು ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಯಾತ್ರೆಗಳ ವಿವರಗಳು ಹೀಗಿವೆ.

1. ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ : 24-10-09 ರಿಂದ 25-10-09 - ದುರ್ಗದ ಸಂದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ
2. ವಿಶಾಖ-ಜೈಪುರ ಯಾತ್ರೆ : ಜನವರಿ 2010 ಮಾಸಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ, ವಿವರಗಳು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ.
3. ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಪಾಂಡಿಚೇರಿ : ಪಾಂಡಿಚೇರಿ ದರ್ಶನ, ಸಮುದ್ರತೀರ ವಿಹಾರ, ಅರವಿಂದ ಆಶ್ರಮ ಸಂದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಪ್ರತ್ಯೇಕ  
ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ. ವಿವರಗಳು ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ.

ಸಂಪರ್ಕಬೇಕಾದ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ : 9342266199, 9449000696

ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್

#126, 2ನೇ ಮಹಡಿ, 4ನೇ ಫ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು 560011

ಫೋನ್ : 080-26646899





ಡಾ. ನ್ಯೂಟನ್ 1991 ಕರ್ನಾಟಕ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲನೆಯ ಬ್ಯಾಚ್ ನಲ್ಲಿ ಪಿಎಮ್‌ಎಸ್ ಮಾಡ್ತಾ ಅವರು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಪತ್ತೆಚೆಯವರನ್ನು ಕುರಿತು ಬಹಳಷ್ಟು ವಿಶೇಷಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು. ಅವರ ಹೃದಯದೊಳಗೆ ಪತ್ತೆ ನಾಲ್ಕು ಬಗ್ಗೆ ಎಷ್ಟೋ ಒಳ್ಳೆಯ ಭಾವನೆಗಳು. ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾದವರ ಕೊಡು, ಅಭಿನಂದನೆಗಳು, ಬೈಗುಲಗಳು, ಪ್ರಶಂಸೆಗಳು... ಹೀಗೆ ಎಷ್ಟೆಷ್ಟೋ ವಿಶೇಷಗಳು, ವಿಶಿಷ್ಟಭಾವಗಳನ್ನು ಈ ಇಂಟರ್ವ್ಯೂ ನಲ್ಲಿವೆ. ನಿನಗುಪಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡ್ ಆಗಿ, ಒಳ್ಳೆಯ ನಾಡು, ಅಂದವಾದ ಆಕರ್ಷಕವಾಗುವಂತಹ ರೂಪ, ಭಾಷಾಪ್ರವೀಣತೆ ಕೈಲಿ, ಅನಂದ, ಯಾವ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಕಡವರಿಂದ ಆಡ್ವೇಂಟೂರಿನಿಂದ ಹೊಮ್ಮುವ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರವಾಹ, ಪತ್ತೆಚೆಯವರ ಕುರಿತು ಕೈಕಾಡುವಾಗ, ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರ ಜೊತೆ ಸೇರುವಂತೆ, ಒಂದು ಗುಣ ನಿನ್ನಿ, Master of wisdom, Master of gratitude, ಇವು ಈ ಮಹನೀಯರ ಲಕ್ಷಣಗಳು. ಪಿಎಮ್‌ಎಸ್ ಪ್ರಿಟಿವಿವಿಲ್ ನೊಬೆಲ್‌ಜ್ ಮೂಡ್‌ಮೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆಚೆಯವರ ಕಾರ್ಯವೈಖರಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಿಂಚಾಕುವಂತ್ ಆಗಿ ಆಚರಣೆ ಮೋರಿಸುವ ಮಾರ್ಗಶ್ವರ್ ಡಾ. ನ್ಯೂಟನ್ 'ಧ್ಯಾನ ಕ್ಷುಧಿ' ಓದಾಗಲೋಕದ ಧ್ಯಾನಾಂಶಪ್ರದೇಶ್ ಹತ್ತಿಕೆಯಿಂದ ಬಂದ

-ಸಂಪಾದಕಿಯ ತಂದೆ

ಮಾಡು ಪಿಎಮ್‌ಎಸ್:

ನ್ಯೂಟನ್ ರವರೆ, ನಿಮ್ಮ ಅಪಾಯಿಂಟಿಂಟ್ ದೊರೆತಿದ್ದು ಮಾರ್ಗಶ್ವರ್ ಧ್ಯಾನಕಾನಾಥ್ ರವರ ಸಂತರ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಇಂಟರ್ ವ್ಯೂ ಮಾಡುವುದು ನನಗೆ ಬಹಳ ಅನಂದವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಥ್ಯಾಂಕ್ ಯು ಸಾರ್!

ಡಾಕ್ಟರ್ ನ್ಯೂಟನ್:

ಹೆಲ್‌ಕೊ ಸಾರ್, ನೀವು ಮಾಡುವ ಇಂಟರ್ವ್ಯೂಗಳನ್ನು ನಾನು ರೆಗ್ಯುಲರ್ ಆಗ ಓದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. I Really Congratulate you ! ಪಿಎಮ್‌ಎಸ್ ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳನ್ನು ನೀವು ಮೂಲೆ ಮೂಲೆ ಯೆಲ್ಲಾ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದೀರಾ!ರವಿ ಕಾಣದವು ಕವಿ ಕಂಡವನ್ನು ಕನ್ನಡ ನಾಣ್ಣುಡಿಯು ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತಿದೆ ನನಗೆ.

ಮಾಡು ಪಿಎಮ್‌ಎಸ್:

ಥ್ಯಾಂಕ್ ಯು ಸಾರ್! ನಾನಿಗ ನಿಮ್ಮ ಸಂವಾದವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭವೋಣ, ಸತ್ಯವೆಂದೆ ಏನು? ನಿಮ್ಮದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿ.

ಡಾಕ್ಟರ್ ನ್ಯೂಟನ್:

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವ ವಿನನ್ನೂ, ನಮ್ಮ ಎದುರಿಸಲಿರುವ ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲಿ ನೋಡಬಾರವುದಿಲ್ಲ. ಸತ್ಯವು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆ ಅನುಭವ ಬರದಿದ್ದರೆ, ಆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಬರದಿದ್ದರೆ, ಪತ್ತೆಚೆಯವರಲ್ಲಿ ಕೂಡ ನಮಗೆ ಸತ್ಯ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಬಂದ ಸಂತರವೇ ಸತ್ಯವು ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ. ಆದರೆ ಯಾವುದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯೋ, ಅದು ಹೊರಗೆ ಬಂದು ನಮಗೆ ಅರ್ಥವಾದಾಗ, ಅದನ್ನು ಆಚರಿಸಿದಾಗ ಅದೇ ಸತ್ಯ. ದಟ್‌ ಥಾಟ್ ದಿ ಟ್ರೂತ್, ದಟ್‌ ಥಾಟ್ ದಿ ಒಸ್ಟ್ರಾ.



ಆ ಒಸ್ಟ್ರಾ ನಲ್ಲಿ ಹೋದ ಸಂತರವೇ ನಾನು ನೀವು ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೇ ಎನಿಸುತ್ತದೆ. ನೀವು ಇರುವೆವೆಗೂ ಹೇಳಿದ್ದಿರಲ್ಲಾ - "ನಾನು ಇಂಟರ್ವ್ಯೂ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ಆರ್ತಿ ಕೂಲಿ ಬರೆಯಲು ಕುಳಿತ್ತೆ, ಇಂಟರ್ವ್ಯೂ ಕೊಟ್ಟವು ಅವರ ಇಂಟರ್ವ್ಯೂ ನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಕುರಿತು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದಾಳೋ ಅವರು, ಅದು ಕಾನ್ಸಿಯಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಇಂಟರ್ ಆಗಿ ಒಡು ಮರಾಫೆ ಆಗಿ, ಕ್ರಮ ಪಡೆಯಲಿ ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ ". ಇಂಟರ್ವ್ಯೂ ನಲ್ಲಿ ವಿನಾದವೂ ಪಾಯಿಂಟ್ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾದರೆ, ಹೇಳಿದವರ ಕಾನ್ಸಿಯಸ್‌ನಿಂದ ಆ ಬ್ಯಾಲನ್ಸ್ ಮ್ಯಾಟರ್ ಪೂರ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಯಾವಾಗ ನಾವು ರಿಂಬಲ್ಟ್ ಹೊಂದಿ ಒಸ್ಟ್ರಾ ನಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತೇವೆಯೋ ಆಗ ಮೇರುವು ಬೇರೆ ಆಪ್ತ! One Soul, one Heart! ಅದು oneness ಅಂದರೆ, ಅದೇ Truth! ಆ Truth ನಿಂದಲೇ ನೀವು ಬರೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಾ?





ಮಾರು ಶಿವಪ್ರಸಾದ್:

ನಿವೃತ್ತಿಗೆ ಪತ್ರಿಕೆ ಬಿಡುಕೆ ಯಾವಾಗ ಹೇಗೆ  
ಪರಿಣಮವಾಯ್ತು? ಯಾವಿಂದ ಯಾವ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ?

ಡಾಕ್ಟರ್ ನ್ಯೂಟನ್:

ಅದು 1989 ಡಿಸೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳು. ಸದ್ಭಕ್ತರ ಊರು ನೆಲ್ಲೂರು. ಅದೆ, ನಾನು ಕರ್ನಾಟದಲ್ಲಿ M.B.B.S ಓದುತ್ತಿದ್ದೆ ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇವುವ ಆಭ್ಯಾಸವಿತ್ತು. ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದಿ ಅಡಿಕೆ ಪ್ರದಿ ಬಾಯಿಗೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು, ಸ್ವಪ್ನದ ಸಿಟಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದ ಪ್ಯಾರಂಜಿವ್ ಗೆ ಅರ್ಥ್ ಮಾಡಿದೆ. ಮಾತನಾಡಲು ಅವರ ಬೊಕೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಆ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ 'ಧ್ಯಾನ' ಕುರಿತು ಪತ್ರಿಕೆ ಸಾರ್ ಕುರಿತು ಮಾತು ಬಂದಿತು. ನಾನು ಬಹಳ ಪ್ರದೈಯಿಂದ ಕುಳಿತುಕೊಂಡೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಲ್ಲಿರುವವರಿಗೆ Spirituality ಬಗ್ಗೆ ಸರಿಯಾದ ಟರ್ನಿಂಗ್ ಪಾಯಿಂಟ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ "ನನಗೆ ಪತ್ರಿಕೆಯವರನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತೀರಾ?" ಎಂದು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದೆ. "ತಪ್ಪೇ ತೋರಿಸುತ್ತೇನೆ" ಎಂದು ಮರುದಿವಸ ನನ್ನನ್ನು ಪತ್ರಿಕಾರ್ ಬಳಿಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋದರು, ಆ ಮಹಾನುಭಾವರು. ಅವರ ಮತು 'ಪೆಲಾಲ ರಾಮಾಂಜನೆಯ'. ಕರ್ನಾಟ ಪರಾಥ್ ಬಜಾರ್ ನಲ್ಲಿ ವಾಸವಾಗಿದ್ದರು.

ಮಾರು ಶಿವಪ್ರಸಾದ್:

ಪತ್ರಿಕಾರ್ ಆಗ ಹೇಗಿದ್ದರು? ಗಡ್ಡ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದರಾ?  
ಜೈಬಾಮಾ, ಲಾಲ್ಕಿ? ನೀವು ಮೊದಲು ಅವರನ್ನು ಕಂಡಾಗ  
ನಿಮಗೆ ಎನಿಸಿತು? ಪ್ರತೀಕವೇನಾ? ಬೈಕಾ?

ಡಾಕ್ಟರ್ ನ್ಯೂಟನ್:

(ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ನಗುತ್ತಾ) ನಾನು ಪತ್ರಿಕೆ ಸಾರ್ ಅವರನ್ನು ಕಂಡ ಕೂಡಲೇ ಶಾಕ್ ಆಗಿಬಿಟ್ಟೆನು. "ಒಳ್ಳೆಯ ಗುರು" ಎಂದು ನನ್ನನ್ನು ಶ್ರೀ ರಾಮಾಂಜನೆಯ ಅವರು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಬಂದಿದ್ದರು. ಜೀನ್ಸ್ ಪ್ಯಾಂಟ್! ಟೀ ಶರ್ಟ್! ಗಡ್ಡ ಇಲ್ಲ! ಬೋಡ ಶರ್ಟ್! ಕ್ಲೀನಾಗಿ ಶೇವ್ ಮಾಡಿದ್ದರು! ಕೈನಲ್ಲಿ ಸಿಗರೇಟ್! ಪತ್ರಿಕೆ ನನ್ನ ಅಲೋಚನೆಯನ್ನು ಗ್ರಹಿಸಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೈದು ಬಿಟ್ಟರು.

ಗುರು ಎಂದವನು ದೊಡ್ಡ ಬೊಟ್ಟು ಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಕಾಶಾಯ ವಸ್ತ್ರ ವಸ್ತ್ರ ಉಟ್ಟುಕೊಂಡು ಇದೇನೇ? ಜೀನ್ಸ್ ಪ್ಯಾಂಟ್, ಟೀ ಶರ್ಟ್ ಹಾಕಿಕೊಂಡಿರಬಾರದಾ? ಎಂದು ಹೀಗೆ ಎಂದು ಅರ್ಥ ಘಟಿಯವರಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೈಕೊಂಡು ಒಗೆದು ಒಗ್ಗಿಸಿದಂತೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿದರು. ನನಗೆ ಮತ್ತೆ ಶಾಕ್! ಹಾಗೆಯೇ ಬೈದು ಬೈದು "ನೀನು ಯಾವ ಪ್ರಶ್ನಕವನ್ನು ಓದಿರುವೆ?" ಎಂದರು. ನಾನು 1987ರಲ್ಲಿ ಬೋನಾರ್ಥ್ ರಿವಿಂಗ್ಸ್ ಸಿಗಲ್ ಪ್ರಶ್ನಕವನ್ನು ಓದಿದ್ದೇನೆ. ರಿಟಾರ್ನ್ ಬಾಕ್ ಬರೆದ ಆ ಪ್ರಶ್ನಕ ನಾನು ಓದಿರುವೆನು ತಿಳಿದು, ಅವರು ಎಷ್ಟೋ ಆನಂದ ಪಟ್ಟರು, ಎಷ್ಟೋ ಸಂಭ್ರಮ ಪಟ್ಟರು. ಪ್ರಕಟೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಮುಗಿಸಿಬಿಟ್ಟರು, ಎಷ್ಟೋ ಆನಂದ ಪಟ್ಟರು. ನನಗೆ ಮತ್ತೆ ಶಾಕ್! ಇಷ್ಟಲ್ಲೇ ಇವರಲ್ಲಿ ಎಂತಹ ಮಾರ್ಕಾಡ್! ಮತ್ತೆ 'ಇನ್ನೂ ಹೇಳು' ಎಂದರು. ಆ ಪ್ರಶ್ನಕವನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ Who am I? What am I? ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ತರಹ ಮೂಡಿತು. ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೋಸ್ಕರ ಸರಿಯಾದ ಮಾಧ್ಯಮಗೋಸ್ಕರ ಹುಡುಕುತ್ತಾ ನಿಮ್ಮ ಬಳಿ ಬಂದಿರುವೆನು. ಅತ್ಯಂತ ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿದೆ ಎಂದೆನು. ಅವರಿಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಸಂತೋಷವಾಯಿತು, ನಾನು ಹೇಳಿದ ಮಾತುಗಳು ಅವರಿಗೆ ಸಂತೋಷವನ್ನಂಟುಮಾಡಿತು.

ನೀನು ಅನಿರೀಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಬರಲಿಲ್ಲ ಸರಿಯಾದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾದ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಬಂದಿದ್ದೀಯಾ ಎಂದು 'Come on i will tell you something' ಎಂದರು. ಆಗ ಅಲ್ಲಿ ದ್ವಾರಕಾನಾಥ್ ಮಾರ್ಪರ್, ಫ್ರೆಂಚ್ ಚ್ಯಾನೇಲ್ಸ್ ಅವರೂ ಅಲ್ಲಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಅತ್ಯತ್ಯಾಸನಿಗೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಿರುವ ಅನುಭವ ಸಹ ಇದೆ. ಅವರಿಗೆ ನನ್ನನ್ನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕೂಡಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದರು. ಅಷ್ಟೇ, ಹಾಗೆಯೇ ಬಹಳ ಹೊತ್ತು ಕುಳಿತುಕೊಂಡೆನು.

ಮುಂದಾವರೆಯುವುದು...





ಚಿನ್ನ ಧ್ಯಾನಾರ್ಥಿಗಳು

ಈ ಬಾರಿ ಎಂದರೆ, ಆಗಸ್ಟ್ ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 2 ದಿನಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಪತ್ತೀಜಿಯವರ ವ್ಯಾಲಿಯ ಪ್ರವಾಸ ಸೀಮಿತವಾಗಿತ್ತು. ಆದರೂ, ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಜ್ಞಾನ ಸಾಗರವನ್ನು ನೀಡಿ ಹೋದರು.

ಪತ್ತೀಜಿ ಅವರು 1ನೇ ತಾರೀಖಿನಂದು ಬೆಳಗಿನ ಜಾವ 3:30 ಕ್ಕೆ ವ್ಯಾಲಿಗೆ ಬಂದರು. ನಂತರ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10:30ಕ್ಕೆ ಪತ್ತೀಜಿ ಅವರ ಜ್ಞಾನ ವಿಚಾರವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ತಮಿಳುನಾಡಿನಿಂದ ಮತ್ತು ಕರ್ನಾಟಕದ ಅನೇಕ ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳಿಂದ ಬಂದಿದ್ದರು.

ಮೊದಲಿಗೆ ತಮಿಳುನಾಡು ಮಾಧ್ವರ್ಗಳಿಂದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಸಿದರು, ನಂತರ ಅವರ ಬೋಧನೆಯನ್ನು ನೀಡಿದರು.

#### ಪತ್ತೀಜಾರ್ ಮೆಸೇಜ್

★ ರಮಣ ಮಹರ್ಷಿಗಳ ದೇಹ, ಮೂಗು ಒಂದೇ ತರಹ ಇದೆ. ಆದರೆ, ಯಾವ ಮೂಗು ಸರಿ. ಅರವಿಂದರ ಮತ್ತು ವೀರಪ್ಪನ್ ದೇಹ ಒಂದೇ ತರಹ ಇದೆ. ಆದರೆ, ಯಾರ ದೇಹ ಸರಿ. ಅದ್ದರಿಂದ ನಾವು ದೇಹವನ್ನು ನೋಡಬಾರದು. ದೇಹದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಲೋಪವಿಲ್ಲ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಲೋಪ ಇದೆ. ಅದರ ರಮಣರ ಮತ್ತು ವೀರಪ್ಪನ್ ಮನಸ್ಸು (ಚಿತ್ತ) ಒಂದೇ, ಆದರೆ, ರಮಣರ ಚಿತ್ತ ಹೇಗಿದೆ. ವೀರಪ್ಪನ್ ಚಿತ್ತ ಹೇಗಿದೆ. ನೀನು ಸ್ವಲ್ಪ ದಿವ್ಯ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ, ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಪರಶ್ವತ್ ಆಗುತ್ತೀಯಿ. ಅದೇ ರೀತಿ ನೀನು ನಿನ್ನ ಉಪರಾಟದ ಜೊತೆ ಇದ್ದರೆ, ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಪೂರ್ತಿ ಬಾಲಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

"ಜಟಿಲ ಜೀವನ - ಜಟಿಲ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ"

"ಗೊಂದಲ ಜೀವನ - ಗೊಂದಲ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ"

"ಶಕ್ತಿ ಹೀನ ಜೀವನ - ಶಕ್ತಿಹೀನ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ"

"ಜ್ಞಾನೋದಯ ಜೀವನ - ಜ್ಞಾನೋದಯದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ"

ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ

★ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯು ಎನರ್ಜಿಯ ರಿಸರ್ವ್ ಬ್ಯಾಂಕ್. ನೀವು, ಇಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದಾಗ ಎನರ್ಜಿಯನ್ನು ದೋಚಿಕೊಂಡು ಹೋಗಬೇಕು. ಹೇಗೆ ಒಂಟಿ ನೀರನ್ನು ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬೇಕಾದಾಗ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೋ ಅದೇ ರೀತಿ ನೀವು ಎನರ್ಜಿಯನ್ನು ದೋಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ನಂತರ, 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಬೆಸ್ಟೆಂಟ್ ನಲ್ಲಿರುವ ಬುದ್ಧನ ವಿಗ್ರಹದ ಮುಂದೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿಸಿದರು. ನಂತರ, ಪಿರಮಿಡ್ ನಲ್ಲಿ 1 ಗಂಟೆ ತಮ್ಮ ಕೊಳಲುವಾದನದಿಂದ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದರು.

ದಾಹರಾಗೆರೆಯಿಂದ, ಕೂಡ್ಲಿಯಿಂದ ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಪ್ರಾಂತ್ಯಗಳಿಂದ ಸುಮಾರು 500 ಜನ ಬಂದಿದ್ದರು.

ಸಂಜೆ 6 ಗಂಟೆಗೆ ಪತ್ತೀಜಿಯವರ ಒಂದು ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿ ಪಿರಮಿಡ್ ಬೆಸ್ಟೆಂಟ್ ನಲ್ಲಿ ಇತ್ತು. ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಸಿ ನಂತರ, ಮನಸ್ಸು ಮೈಂಡ್ ಬಗ್ಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು.

★ ನಾನು ಈಗ ಮೈಂಡ್ ಬಗ್ಗೆ ಕುರಿತ ವಿಚಾರವನ್ನು ತಿಳಿಸಲು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತೇನೆ. ಮೈಂಡ್ ಎನ್ನುವುದು ಆಂಗ್ಲ ಶಬ್ದ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮೈಂಡ್ (ಮನಸ್ಸು) ಅನ್ನು 4 ವಿಭಾಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅವುಗಳೆಂದರೆ... ಮನೋ, ಬುದ್ಧಿ, ಚಿತ್ತ, ಅಹಂಕಾರ. ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ದೇಶದವರಿಗೆ ಮೈಂಡ್ ಎಂದರೆ ಏನು ಎಂದು ಸರಿಯಾಗಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಅವರ ಮೈಂಡ್ ಗಳು ಸರಿಯಿಲ್ಲ. ಪೌರ್ವಾತ್ಯ ದೇಶದವರಿಗೆ ಮೈಂಡ್ ಎಂದರೆ ನಾಲ್ಕು ವಿಭಾಗಗಳಾಗಿ ಗೊತ್ತು.

ಮನೋ ಎಂದರೆ ನನಗೆ ಇಡ್ಲಿ ಬೇಕು, ನನಗೆ ವಡ ಬೇಡ ಎನಾದರೂ ಕೊರತೆ.

ಬುದ್ಧಿ : ಎಂದರೆ... ಈ ಕಟ್ಟಡ ಎಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಯಾವ ಇಂಜಿನಿಯರ್ ಇದನ್ನು ಕಟ್ಟಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಕೋರಿಕೆಯಿಲ್ಲ ಇದು ನನ್ನ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದು, ಆ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ನ ಬುದ್ಧಿ, ನಾನು ಬೈಬಲ್ ಓದಬೇಕು, ಇದು ಬಹಳ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ನನಗೆ, ಅದನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬುದ್ಧಿ, ನೀನು ಯಾವಾಗ







ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀಯೋ ಆವಾಗ ನೀನು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಅರ್ಥವೇ ಆಗಲಿಲ್ಲವೆಂದರೆ, ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀಯೆ!

ಚಿತ್ರ: ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಗೊಂದಲದಿಂದ ತುಂಬಿದೆ. ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೋ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹೋಗುವುದನ್ನು 'ಚಿತ್ರ' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ನೀನು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ, ಮನೆಗೆ ಮನಸ್ಸು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಿನಗೆ ಹೋಗಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ ಆದರೂ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಅಹಂಕಾರ : ನಾನು ದೊಡ್ಡ ಸ್ವಾಮೀಜಿ. ಇದು ಅಹಂಕಾರ. 'ನಾನು' ಎನ್ನುವುದು ಅಹಂಕಾರ. ಆದರೆ, ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ Ego ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ಇದು ಮನಸ್ಸಿನ ಕಾರ್ಯವೈಖರಿಗಳಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮನಸ್ಸು ಬುದ್ಧಿ ಚಿತ್ರ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರಗಳಲ್ಲಿ 'ಮನಸ್ಸು', 'ಬುದ್ಧಿ'ಗಳೆರಡು ಹೀರೋಗಳು. ಆದರೆ, 'ಚಿತ್ರ' 'ಅಹಂಕಾರ' ಇವುಗಳು ವಿಲನ್ ಗಳೆದ್ದಂತೆ.

ನಾನು ಜೀವೇಬ ತಿನ್ನಬೇಕು ಇದು ತಪ್ಪೇ? ಇಲ್ಲಾ! ನನಗೆ ಬಿಸಿಬೇಳೆ ಬಾಕು ಬೇಕು ಇದು ತಪ್ಪೇ? ಇಲ್ಲಾ! ನಾನು ದುಡ್ಡು ಮಾಡಬೇಕು ಇದು ತಪ್ಪಾ? ಇಲ್ಲಾ! ನಾನು ಕಲೆಕ್ಟರ್ ಆಗಬೇಕು ಇದು ತಪ್ಪಾ? ಇಲ್ಲಾ! ಮನದಿಂದ ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪಿಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ವೈರಾಗ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಮದುವೆ ಆಗಬಾರದು, ಸನ್ಯಾಸತ್ವ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಅದರಿಂದಲೇ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಯಾರಿಗೂ ಜ್ಞಾನೋದಯವಾಗಿಲ್ಲ.

ಆದರೆ, ನಾವು ಈ 'P.S.S.M.' ಮೂವೆಂಟ್ ನಲ್ಲಿ ವೈರಾಗ್ಯ ಕರಿಸುತ್ತೇವಾ? ಇಲ್ಲಾ! ಮದುವೆ ಆಗಬೇಡಿ ಅನ್ನುತ್ತೇವಾ? ಇಲ್ಲಾ!

ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ 8 ಜನ ಹೆಂಡತಿಯರು ಇದ್ದರು ಆದರೆ ಅವನಿಗೆ ಜ್ಞಾನೋದಯವಾಗಲಿಲ್ಲವೇ? ಮದುವೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟಿಲ್ಲ ಇದು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು.

ಮುಖ್ಯ ಮತ್ತು ಎಂದರೆ ಚಿತ್ರ, ಅಹಂಕಾರ ಚಿತ್ರದ ನೆರಳು. ಎಲ್ಲಾ ತಾಯಂದಿರು ಮೂರ್ಖರು. ಮಕ್ಕಳು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋದರೆ

ಅವರ ಚಿತ್ರವೆಲ್ಲಾ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ.

★ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ 99% ಚಿತ್ರವಿದೆ. 1% ಬುದ್ಧಿ ಇದೆ.

★ ಬುದ್ಧಿ ಎಂದರೆ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೆ ಬರುವ ಅಲೋಚನೆಗಳು, ಚಿತ್ರ ಎಂದರೆ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಅಲೋಚನೆಗಳು

★ ಈ ಚಿತ್ರದಿಂದ ನಮಗೆ 99% B.P, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್, ಜ್ವಾರಕ ರಕ್ತಿಯ ಕೊರತೆ, ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ.

★ ಚಿತ್ರದಿಂದ ನಮಗೆ 99% ಎನರ್ಜಿ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತಿದೆ.

★ ಎಲ್ಲರೂ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಬಿಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಅದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ. ಎಲ್ಲಾದರೂ ನಮ್ಮ ನೆರಳನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಾ. ಎಲ್ಲಿಯವ'ಲೆಗೆ' ಚಿತ್ರ ಇದೆಯೋ ಅಲ್ಲಿಯವ'ಲೆಗೆ' ಅಹಂಕಾರವಿರುತ್ತದೆ.

★ ಯಾವಾಗ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಬಾಹಿ ಮಾಡುತ್ತೀಯೋ (ದಶಮಾಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತೀಯೋ) ಆಗ ಅಹಂಕಾರವಿರುವುದಿಲ್ಲ.

★ ಆದರೆ, ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮನು ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ, ಆದರೆ ಇದು ತಪ್ಪು.

★ ಆದರೆ, ಯಾರೂ ಚಿತ್ರವನ್ನು ಬಾಹಿ ಮಾಡಿ ಎಂದು ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ.

★ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಚಿತ್ರ ಬಾಹಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ 99% ಎನರ್ಜಿ ಉಳಿತಾಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಉಳಿತಾಯವಾದ ಎನರ್ಜಿ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಆಸೆಗಳನ್ನು ತೀರಿಸುತ್ತದೆ.

★ ಒಂದು ಎಕರೆ ಬತ್ತದ ಗದ್ದೆಯಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಬತ್ತದ ಸಸಿಗಳು ಇರಬೇಕು? 1 ಲಕ್ಷ ಇರಬೇಕು. ಅದು ಬಿಟ್ಟು, 1 ಬತ್ತದ ಸಸಿ ಇದೆ. ಉಳಿದಿವೆಲ್ಲಾ ಕಳೆಯಿಂದ ತುಂಬಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಏನಾಗುತ್ತದೆ, ಎಲ್ಲ ಎನರ್ಜಿಯನ್ನು ಕಳೆತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ 0.1% ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುವ ಅಲೋಚನೆಗಳು ಇದ್ದರೆ, 99% ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಅಲೋಚನೆಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇವು ಎನರ್ಜಿಯನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ದೇಹದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಎನರ್ಜಿ ಇರದೆ, ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಅಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಹಂಚಿ ಹೋಗಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನಮ್ಮ





ವಶಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

★ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಬರಬಾರದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಹೋಗಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುವ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಮನದ ಆಸೆಗಳು ತೀರುತ್ತವೆ.

★ ನನಗೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಪಿರಮಿಡ್ ಬೇಕು ಆದರೆ, ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ದುಡ್ಡಿಲ್ಲ, ಆದರೆ, ನಾನು ಧ್ಯಾನಿ. ಎನರ್ಜಿಯಿಲ್ಲಾ ನನ್ನ ಮನದಲ್ಲಿ ಇದೆ. ಆದರಿಂದ, ಇಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪಿರಮಿಡ್ ಬಂತು. ಇದೆಲ್ಲಾ ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯ? ನನ್ನ ಚಿತ್ತ ವ್ಯರ್ಥ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿಲ್ಲ. ಅದು ಚಾಲಿ ಇದೆ.

★ ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ದೇಹವಿರುತ್ತದೆಯೋ, ನೀವು ನಿಮ್ಮ ನೆರಳನ್ನು ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ತೆಗೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಅದೇ ರೀತಿ ನಿಮ್ಮ ನೆರಳನ್ನು (ಅಹಂಕಾರವನ್ನು) ತೆಗೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ನಿಮ್ಮ ಚಿತ್ತವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬೇಕು.

★ ಅದ್ದರಿಂದ, ಅಹಂಕಾರದ ಬಗ್ಗೆ ನೋವು ಪಡಬೇಡಿ. ಚಿತ್ತದ ಬಗ್ಗೆ ಆಲೋಚಿಸಿ. ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಚಿತ್ತವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಬಹುದು.

★ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, ನೀವು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯನ್ನು ಓದಿ. ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ, ಹಾಗಾದರೇನೇ, ನಿಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

★ ನಾನು ಚಿತ್ತ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದರಿಂದ, ನನಗೆ ಕರ್ನೂಲಿನಲ್ಲಿ ಪಿರಮಿಡ್ ಬೇಕೆಂದರೆ, ಅಲ್ಲಿ ಬಿ.ವಿ ರೆಡ್ಡಿ ಕಟ್ಟಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಬೇಕೆಂದುಕೊಂಡೆ, ಇಲ್ಲಿ ಈಗ ಪಿರಮಿಡ್ ಬಂದಿದೆ. ನನಗೆ ಈಗ ಪ್ರಪಂಚವಾದ್ಯಂತ ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳು ಬೇಕು. ಆಗ ಎಲ್ಲರೂ ಬರುತ್ತಾರೆ. ಪಾಂಡಿಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಆರಮಿಥ್ ಎನ್ನುವವರು, ಈಗ 5 ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳು 20X20 ಮತ್ತು ಆರು 30X30 ಹಾಗೂ 200X200 ಕಟ್ಟಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

★ ಅದ್ದರಿಂದ, ಮೈಡಿಯರ್ ಫ್ರೆಂಡ್ಸ್ ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗಿ ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲ ಆಸೆಗಳು ತೀರುತ್ತವೆ. ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಧ್ಯಾನ ಬರುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

★ ನಾನು ಎಂದಾದರೂ ನಿಮ್ಮ ಆಸೆಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಿ, ಸಿನಿಮಾಗಳನ್ನು ನೋಡ ಬೇಡಿ, ಹೆಂಡತಿ ಹತ್ತಿರ ಮಾತನಾಡಬೇಡಿ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದೀನಾ? ಹೇಳಿಲ್ಲಾ!

★ ಸಮಯವನ್ನು ವ್ಯರ್ಥ ಮಾಡಬೇಡಿ, ಅನವಶ್ಯಕ ಮಾತುಗಳನ್ನು

ಆಡಬೇಡಿ.

★ ನಂತರ, 40 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ.

★ ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ, ಮನೋನಾಶವಲ್ಲ.

ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ, ಬುದ್ಧಿನಾಶವಲ್ಲ.

ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ, ಚಿತ್ತವಿನಾಶ

★ ನಿಮಗೆ ಏನು ಬೇಕೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ನಿಮಗೆ ಎನರ್ಜಿ ಬರುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಏನು ಬೇಡವೋ ಅದನ್ನು ಒತ್ತಾಯಕ್ಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ನಿಮ್ಮ ಎನರ್ಜಿ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ನಾನು ಇದಕ್ಕೆ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ. ಅದು ಎನೆಂದರೆ, ನನಗೆ ಸಾಳೆ ಬೆಳೆಗ್ಗೆ ಇಡ್ಲಿ ತಿನ್ನಬೇಕು ಎನ್ನುವುದು, ಆದರೆ, ಇಡ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಬೇಕು. ನಾನು ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಹೋಟೆಲ್‌ಗೆ ಹೋಗುತ್ತೇನೆ, ಆದರೆ, ಅಲ್ಲಿ ಇಡ್ಲಿ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ವಡೆ, ಪೂರಿ ಇದೆ. 2 ಕಿಮೀ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಇಡ್ಲಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ನನಗೆ ವಡೆ ಮತ್ತು ಪೂರಿ ಇವು ಇಲ್ಲಾ. ಆದರೂ, 2 ಕಿಮೀ ದೂರ ಹೋಗಬೇಕು ಎಂದು ಇಲ್ಲೇ ವಡೆ, ಪೂರಿ ತಿನ್ನುತ್ತೇನೆ ಎಂದರೆ, ಆಗ ನನಗೆ 10 ಎನರ್ಜಿ ಪಾಯಿಂಟ್‌ಗಳ ಬದಲು, ಕೇವಲ 5 ಎನರ್ಜಿ ಪಾಯಿಂಟ್‌ಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಅದೆ 2 ಕಿಮೀ ದೂರ ಹೋಗಿ, ನನಗೆ ಬೇಕಾದ ಇಡ್ಲಿಯನ್ನೇ ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆಗ ನನಗೆ 5 ಎನರ್ಜಿ ಪಾಯಿಂಟ್‌ಗಳು ನನ್ನ ನಡಿಗೆಗೆ ಹೋದರೂ, ನನ್ನಲ್ಲಿ 20 ಪಾಯಿಂಟ್‌ಪು ಎನರ್ಜಿ ತೇರಿರಲೆನೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

★ Always Do, what do you want to do!

★ ನಿಮಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಏನನ್ನು ಹೇಳುತ್ತದೆಯೋ ಅದನ್ನೇ ಮಾಡಿ.

★ ನಾನು ಒಂದು ವರ್ಷ ಮೌನದಲ್ಲಿ ಇದ್ದೆ, ಒಂದು ವರ್ಷ ಕೇವಲ ಟೊಮ್ಯಾಟೋ ಸೂಪ್ ಕುಡಿದು ಇದ್ದೆ. ಆದರೆ, ನನಗೆ ಎಲ್ಲಿಂದ ಎನರ್ಜಿ ಬಂತು. ಟೊಮ್ಯಾಟೋ ಸೂಪ್ ನಿಂದ ಅಲ್ಲ. ನನಗೆ ಏನು ಬೇಕೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡಿದೆ, ಅದ್ದರಿಂದ, ಎನರ್ಜಿ ಬಂತು.

★ ನಿನಗೆ ಏನು ಬೇಡವೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡಬೇಡ. ನಿನಗೆ ಏನು ಬೇಕೋ ಅದನ್ನು ಮಾಡು. ಇದೇ ಎನರ್ಜಿಯ ಒಂದು ಗುಟ್ಟು. ಮನಕ್ಕೆ 3 ಜಲೇಬಿಗಳು ಬೇಕು. ಆದರೆ, ದೇಹಕ್ಕೆ 2 ಮಾತ್ರ.





ಹಿಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅಡ್ಡ, ಎರಡನ್ನು ಮಾತ್ರ ನೀಡಿ ಬಹಳ ಕೊಡಬೇಡಿ, ಎಂದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಎನರ್ಜಿಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿದರು.

2ನೇ ತಾರೀಖು ಎಂದರೆ, ಭಾನುವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6.00 ರಿಂದ 7.30ರವರೆಗೆ "ಎಟತಥ್ಯಾನ್"ವನ್ನು ಪಿರಮಿಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಸಿದರು. ಪತ್ರಿಕೆಗಳಿಂದ ಬಂದವರು ಕೊಳಲು ನಾಡದಿಂದ ಮತ್ತು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಶ್ಲೋಕಗಳಿಂದ ಎಲ್ಲರನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಗ್ನರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರು. ನಂತರ, ಕೂಡಲಿಯಿಂದ ಒಂದು ಬಸ್ ಜನ ಬಂದಿದ್ದರು. ಅವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಸಿದರು. ನಂತರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಆರು ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು.

1. ಆತ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ
2. ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ
3. ಪುನರ್ಜನ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ
4. ಪುರೋಗಮನ ಸಿದ್ಧಾಂತ
5. ಯೋಗ ಸಿದ್ಧಾಂತ
6. ಅನೇಕಾನೇಕ ಸಿದ್ಧಾಂತ

1. ಆತ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ :- ನಾವು ದೇಹವಲ್ಲ ಆತ್ಮ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವುದು. ನಾವು ಈ ಭೂಮಿಗೆ ದೇಹದಿಂದ ಬಂದಿಲ್ಲ ಆತ್ಮದಿಂದ ಬಂದಿದ್ದೇವೆ. ಅರ್ಜುನ ಕೃಷ್ಣನಿಗೆ ನೀನು ಯಾರು ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ ನಾನು ಶರೀರ, ನಾನು ರಾಜ, ಎಂದು ಹೇಳಿಲ್ಲ. "ಮಮಾತ್ಮ" ನಾನು ಆತ್ಮ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

2. ಕರ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ :- ಒಂದೊಂದು ಜನ್ಮ ಒಂದೊಂದು ಕರ್ಮ ಮಾಡಲು ಬರುತ್ತೇವೆ. ಒಳ್ಳೆ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಜನ್ಮ.

3. ಪುನರ್ಜನ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ :- ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಜನಿಸುವುದನ್ನು ಪುನರ್ಜನ್ಮ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ಕೃಷ್ಣ ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ ನನಗೆ ನನ್ನ ಜನ್ಮಗಳು ನಿನ್ನ ಜನ್ಮಗಳು ಗೊತ್ತು ಎಂದು.

ಎಸ್.ಟಿ.ಆರ್. ಹೇಗೆ ಅನೇಕ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಅವರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆದನೋ, ಅದೇ ರೀತಿ ನಾವು ಈ ಭೂಮಿ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲಾ ಪಾತ್ರಗಳ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬರುತ್ತೇವೆ.

ಒಂದೊಂದು ಜನ್ಮ ಒಂದೊಂದು ಆಟ, ಒಂದೊಂದು ಅದ್ಭುತ. ನಾವೆಲ್ಲ ನಾಟಕದ ಪಾತ್ರಧಾರಿಗಳು.

ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳು 4000 ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ ಬೇರೆಯವರು 400 ಜನ್ಮಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ.



4. ಪುರೋಗಮನ ಸಿದ್ಧಾಂತ :- ಈಗ ನಾವು 1ನೇ ತರಗತಿಯಿಂದ ಎರಡಕ್ಕೆ, ಎರಡರಿಂದ ಮೂರಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತೇವೆ. ಇದೇ ಪುರೋಗಮನ.

ಒಬ್ಬ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ, 25 ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ಫೇಲ್ ಆಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ 30 ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ. ಆದರೂ, ಆತ 'ಫೇಲ್' ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಹೇಗೆ ಅವನಲ್ಲಿ ಪುರೋಗಮನ ಆಗಿದೆ. ಆತ ಹೀಗೆ ಫೇಲ್ ಆತನಲ್ಲಿ ಪುರೋಗಮನ ಇದೆ. ನೀನು ಮಾಡುವ ಪ್ರತಿ ಕರ್ಮ ನಿನಗೆ ಒಂದು ಹೊಸ ಅನುಭವವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ, ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅನುಭವದೇ.

ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿಯಾವುದು Failure ಇಲ್ಲ.

5. ಯೋಗ ಸಿದ್ಧಾಂತ :- ನೀನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಿ ಮಾಡದೆ ಇರಲಿ, ನೀನು ಚೆನ್ನಾಗಿದೆಯಲ್ಲ, ಆದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ, ಇನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿದುತ್ತೀಯ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೆಯಿದ್ದರೆ 2 ಕಿ.ಮೀ. ವೇಗದಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತೀಯ.

ಅದ್ವೈತದ, ಕೃಷ್ಣ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ 'ತಸ್ಮಾತ್ ಯೋಗಿಭವಾಮುನಿ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದು.

ಎಲ್ಲರೂ ಪ್ರತಿ ದಿನ ಯೋಗ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಮಾಡಬೇಕು.

ನೀನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯನ್ನು ಓದದೆಯಿದ್ದರೂ ಚೆನ್ನಾಗಿದುತ್ತೀಯ. ಆದರೆ, ಓದಿದಾಗ ಇನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿದುತ್ತೀಯ.

6. ಅನೇಕಾನೇಕ ಸಿದ್ಧಾಂತ :- ನಕ್ಷತ್ರಗಳು ಎಷ್ಟು ಇವೆ? ಅನೇಕ ಅನೇಕ...

ಲೋಕಗಳು ಎಷ್ಟು ಇವೆ? ಅನೇಕ ಅನೇಕ.....

ನೀನು ಧ್ಯಾನ ಎಷ್ಟು ಮಾಡಬಹುದು? ಅನೇಕ ಅನೇಕ.....

ಎಷ್ಟು ಜನ್ಮಗಳಿವೆ? ಅನೇಕ ಅನೇಕ.....

ಯಾವಾಗ ನೀನು ಯೋಗಿ ಆಗುತ್ತೀಯ, ಆಗ ನೀನು ಎಲ್ಲ ಹತ್ತಿರ

ಅನೇಕ ಅನೇಕ ಎಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತಿಯಾ.

ಯಾವಾಗ ನೀನು ಯೋಗಿ ಆಗುತ್ತೀಯೋ ಆಗ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿಯೂ  
ನೀನೇ ಇರುವೆನೆಂದು ತಿಳಿಯುತ್ತೀಯಾ.

ಏತ್ಯ ಘನದಲ್ಲಿ ಇರುವವನು ಸಹ ಏತ್ಯನೇ.

ದಕ್ಷಿಣ ಕೋರಿಯೆಯಿಂದ 20 ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಧ್ಯಾನ  
ಕಲಿಯಲು ಬಂದಿದ್ದರು. ಅವರು ವ್ಯಾಲಿಯ ಅದ್ಭುತ ಪರಿಸರ ಮತ್ತು  
ಪರಮಿಡ್ಡನ್ನು ನೋಡಿ ಬಹಳ ಸಂತೋಷ ಪಟ್ಟರು.

ನಂತರ ಸಂಜೆ 6.30ಕ್ಕೆ ಇನ್ನೊಂದು ಧ್ಯಾನ ತರಗತಿಯನ್ನು  
ತೆಗೆದುಕೊಂಡರು. ಆಗ ಕುಮಕೂರಿನ ಕಾಮತ್ ಗ್ರೂಪ್ ಆಫ್  
ಹೋಟೆಲ್ ನ ಮಾಲಿಕರು ಬಂದಿದ್ದರು.

★ ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ, ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು  
ತೆಗೆದುಹಾಕುವುದು.

★ ನಮ್ಮ ಚಿತ್ತದಲ್ಲಿ 1-10 ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬರುವ ಆಲೋಚನೆಗಳು  
ಇದ್ದರೆ 99 ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಬಾರದ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಬಿರಿಯವರ ಮೇಲೆ.

★ ಧ್ಯಾನವೆಂದರೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ (ಚಿತ್ತ)ಕ್ಕೆ ರಜೆ ಘೋಷಣೆ  
ಮಾಡುವುದು.

★ ನೀವು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡದೆ ಇದ್ದರೆ, ನಿಮ್ಮ ಚಿತ್ತ ಪೂರ್ತಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ  
ಬಾರದ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬುತ್ತದೆ.

'ಯೋಗಿ: ಕರ್ಮ ಸು ಕೌತಲಂ'

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ 1% ಬುದ್ಧಿ, 99% ಚಿತ್ತವಿರುತ್ತದೆ.

ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬಂದ ಮೇಲೆ 100% ಬುದ್ಧಿ, 0% ಚಿತ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.



ಬುದ್ಧನಿಗೆ ಚಿತ್ತ ಇರಲಿಲ್ಲ ಬಲಿ ಬುದ್ಧಿ ಇತ್ತು.

ಬುದ್ಧಿ ಇರುವವನೇ ಬುದ್ಧ.

ಎಲ್ಲಾ ಕೆಲಸಗಳು, ಆಲೋಚನೆಗಳು, ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ  
ಮಾಡುವರೋ ಅವನೇ ಬುದ್ಧ ಎಲ್ಲರು ಬುದ್ಧರಾಗಬೇಕು.

ಬುದ್ಧಿ ವಿಶಾಸ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿ ಪ್ರಕಾಶ ಇದು ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮಾತ್ರ  
ಸಾಧ್ಯ.

ಬುದ್ಧಿ ಎಂದರೆ 'ಹರೋ' : ಚಿತ್ತ ಎಂದರೆ 'ವಿಲಿನ್' ಧ್ಯಾನ  
ಮಾಡದೆ ಇರುವವನಿಗೆ 'ಚಿತ್ತ' ಶಕ್ತಿಕಾಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವನಿಗೆ  
ಬುದ್ಧಿ ಶಕ್ತಿಕಾಲಿ.

ಇಲ್ಲಿಗೆ ಪತ್ರೀಜಿ ಅವರ ಎರಡು ದಿನಗಳ ರ್ಯಾಲಿಯ ಪ್ರವಾಸ  
ಮುಕ್ತಾಯವಾಯಿತು.

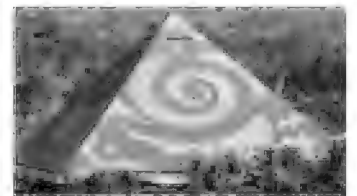
- ಸಚಿನ್, ಬೆಂಗಳೂರು.

### "ಸೇತ್ ವಿಜ್ಞಾನ ಶಿಬಿರ"

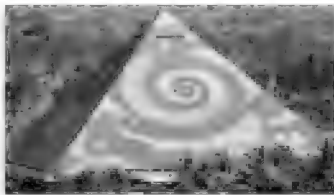
ಹಿರಿಯ ಪರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಗಳಾದ 'ಶ್ರೀ ಪ್ರೇಮ್ ನಾಥ್ ಗುಪ್ತ' ಮತ್ತು 'ಶ್ರೀ ಬಾಲ ಕೃಷ್ಣ'  
ರವರಿಂದ, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 9, 10 ಮತ್ತು 11 ದಿನಾಂಕಗಳಂದು ಸೇತ್ ಶಿಬಿರ ಪರಮಿಡ್  
ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾದ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ :

ಸೂರ್ಯ ಕಿರಣ್ : 09866787644, ಬಾಲ ಕೃಷ್ಣ : 0944032771



### "ಧ್ಯಾನ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಬಿರ"



ಹಿರಿಯ ಪರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಶ್ರೀ ತಟವರ್ತಿ ವೀರ ರಾಘವ ರಾವ್ ರವರಿಂದ, ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 14,  
15 ಮತ್ತು 16 ದಿನಾಂಕಗಳಂದು ಧ್ಯಾನ, ಆತ್ಮ-ಜ್ಞಾನ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಬಿರ ಪರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ  
ನಡೆಯಲಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬೇಕಾದ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ : 080 43432525,  
09448177563



## ಜೀವನ - ಜೀವಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಇದರ ಉದ್ದೇಶವೇನು!

ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ.....



ನಮಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸಂತೋಷವೇ ಬೇಕಾ...? ಅಥವಾ ಅನಂದವೇ ಬೇಕಾ...? ಸಂತೋಷವೇ ಬೇಕಾದರೆ, ಅನಂದವ ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸಬೇಡಿರಿ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಸಂತೋಷ ದಕ್ಷಿಣ ವಾದವೆ, ಅನಂದ ಉತ್ತರದ್ವಯ. ನಿಮ್ಮದು ದಕ್ಷಿಣದ ಕಡೆಗಿನ ಪ್ರಯೋಗವಾದರೆ ನಿಮಗೆ ಉತ್ತರದ ಕಡೆಗಿನ ಚಿಂತೆ ಯಾಕೆ?

ಪ್ರಯೋಗ ಯಾವ ಕಡೆಗೋ ಅದರ ಕುರಿತು ಆಲೋಚಿಸಬೇಕು. ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದಂತೆ ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಅನಂದ ಎರಡೂ ಒಂದೇ ಅಲ್ಲ. ಸಂತೋಷ ಸಿಗುವುದು ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಅನಂದ ಸಿಗುವುದು ಅನ್ಯಜನೆಯಲ್ಲಿ.

ಅನಂದ ಸಿಗುವುದು ಪರಮಾನಂದ ಭರಿತನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿಯೇ ಎಂಬುದನ್ನು ಒದಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೆವು. ಈಗ ಪ್ರಶ್ನೆಯೇನೆಂದರೆ, ಅನಂದವ ಬೇಕಾದರೆ ಪರಮಾತ್ಮನು ಸಿಗಬೇಕು ಹಾಗಾದರೆ ಪರಮಾತ್ಮನು ಸಿಗುವುದು ನಿಜವೇ? ಹಾಗಾಗಿದ್ದರೆ, ಈ ಪ್ರಪಂಚ ಈ ರೀತಿ ಯಾಕಿದೆ ? ಪ್ರತಿ ಮನುಷ್ಯನ ಶರೀರ ರಚನೆ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ಒಬ್ಬರು ಶ್ರೀಮಂತರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಊಟಕ್ಕಿಲ್ಲದ ಕಡುಬಡವರು, ಒಬ್ಬರು ಆರೋಗ್ಯವಂತರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಅನಾರೋಗ್ಯವಂತರು, ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾ ಹೋದರೆ, ಪರಮಾತ್ಮನಿರುವುದು ನಿಜವಾದರೆ, ಈ ತಾರತಮ್ಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಯಾಕಕ್ಕೆ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಒದುತ್ತದೆ. ಅದು ಬೇಡ. ಇದು ಪರಮಾತ್ಮನಿರುವುದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರವೇ ಈ ವಿಷಯ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಆತನಿಲ್ಲವೆಂದರೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವವರು ಏನನ್ನೂ ಒಪ್ಪುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಜವಾಗಲೂ,

ಒಬ್ಬುವುದೂ ಹಾಗೂ ಒಪ್ಪದೇ ಇರುವುದು ಎರಡೂ ನಂಬಿಕೆಗಳೇ ಹೊರತು ಬೇರೇನೂ ಅಲ್ಲ. ನಾನು ಪರಮಾತ್ಮನಿರುವನೆಂದು ಬರೆದರೆ? ನಾನೇನು ಪರಮಾತ್ಮ ನನ್ನ ನೋಡಿದುವೆನೇ ಅಥವಾ ನೀವು ಇಲ್ಲವೆಂದು ವಾದಿಸಿದರೆ, ತೋರಿಸಲು ನನ್ನಬೇನಾದರೂ ಆಧಾರಗಳಿವೆಯೇ. ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಎರಡೂ ಒಂದೇ. ಇದ್ದಾನೆನ್ನುವುದು ಮತ್ತು ಇಲ್ಲವೆನ್ನುವುದು ಅಪರವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಹೊರತು ಸತ್ಯವೆನಲ್ಲ. ಸತ್ಯವೇ ಬೇರೆ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಬೇರೆ. ಇದನ್ನು ಕುರಿತು ಚಿನ್ನಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸಿ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಈ ಎರಡು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾನೆಂಬ ಮನಸ್ಸಿನ ನನ್ನದು. ಅದ್ದರಿಂದ, ಅದನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಇಲ್ಲವೆನ್ನುವ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕುರಿತು ತದನಂತರ ಚರ್ಚಿಸೋಣ ಆಗ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಇದ್ದಾನೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದು ಉತ್ತಮವೋ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಜೀವಿಸುವುದು ಉತ್ತಮವೋ? ಎಂದು. ನೀವು ಇಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೋನದಿಂದಲೂ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳೇ ಉದ್ಭವವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದ್ದಾನೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡರೆ, ಸಮಾಧಾನಕರ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಓತೋ ಹೆಲ್ಮರ್ " ಇದ್ದಾನೆಂದು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಜೀವನ ನಡೆಸುವವರೆಲ್ಲರೂ ಪರಮ ಸೋಮಾರಿಗಳು, ಇದ್ದಾನೆಂದು ತಲೆಯಾಡಿಸಿದರೆ ಸಾಕಲ್ಲವೇ? ಅದರ ಕುರಿತು ಚಿಂತೆ ಯಾಕೆ? ಚಿಂತಿಸಲು ನಮಗೇನು ಕೆಲಸವಿಲ್ಲವೇ? ಕೆಲಸವಿಲ್ಲದವರು ಖಾಲಿ ಇರುವವರು ಮಾತ್ರ ಪರಮಾತ್ಮನ ಕುರಿತು ಚಿಂತಿಸಬೇಕು, ಒಂದು ವೇಳೆ ಚಿಂತಿಸಿದರೆ, ಅಕಸ್ಮಾತ್ತಾದರೂ ಕಾಣಿಸುವನೇ? ಆದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚದ 98% ಜನರು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ಜೀವನ ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ, ಅದು ನಿಜವಾದ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ ಅಲ್ಲ. ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡ ಮೇಲೆ ಸಾಧಿಸಿ... ತೋರಿಸಿ... ಅನ್ವೇಷಿಸಿ... ಸತ್ಯವನ್ನು ಕಾಣಬೇಕು" ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಅವರು.

ಈಗ ಒಂದು ಉದಾಹರಣೆಯನ್ನು ನೋಡೋಣ. ಈ ಪ್ರಪಂಚದಿರುವುದು ನಿಜವೇ ಎಂದರೆ ನೀವೆಲ್ಲ ಏನೆಂದು ಹೇಳುತ್ತೀರಿ "ನಿಜಾ... ನಿಜಾ..." ಎನ್ನುತ್ತೀರಲ್ಲವೇ ಯಾಕೆ? ನಿಜ

ಎಂದರೆ ನಾವು ನೀವೆಲ್ಲ ಜೀವಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಆದಕ್ಕೆ, ನಿಜ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಅಲ್ಲವೇ ? ಸರಿ ಹಾಗಾದರೆ ವೈರಸ್ ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಹಾಗೂ ಇನ್ನಿತರ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳು ಇರುವುದು ನಿಜವೇ ಎಂದರೆ ನೀವನನುಪ್ರೀತಿ "ನಿಜಾ...ನಿಜಾ..." ಎಂದು ಯಾಕೆಂದರೆ, ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರವು ಹೇಳುತ್ತದೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅಲ್ಲವೇ? ಯಾವುದೇ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಅಥವಾ ವೈರಸ್‌ಗೆ ಮನುಷ್ಯನೇ ಆಗಲಿ ಯಾವುದೇ ಪ್ರಾಣಿಯೇ ಆಗಲಿ ಕಾಣುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಅದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತೇ ? ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ ಶರೀರದ ಈ ಕಡೆಯಿಂದ ಆ ಕಡೆಗೆ ಯಾವುದೇ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಅಥವಾ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿ ತೂರಿ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ನಮಗೆ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿ ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ನಾವಿರುವುದು ಗೊತ್ತೇ ಇಲ್ಲ. ಅದು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ, ನಾನಿದ್ದೇನೆ ನನ್ನಂತಹ ಅನೇಕ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳವೆಯೇ ಹೊರತು ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಅದು ನಿಜವಾ ಎಂದರೆ, ಅದರ ಪಾಲಿಗೆ ಅದು ನಿಜ. ನಿಮಗೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಬರಬಹುದು, ಹಾಗಾದರೆ, ಈ ವೈರಸ್ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ನಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಗೆ ಹಾದು ಹೋಗುವುದರಿಂದ ನಮಗೆ ರೋಗಗಳು ಬರುವುದಿಲ್ಲವೇ ಎಂದು, ಎಲ್ಲಾ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾಗಳು ಕೆಟ್ಟದ್ದವುಗಳಲ್ಲ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಶರೀರದ ಪ್ರತಿ ಜೀವಕೋಶಕ್ಕೂ ಸಹ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯ ಕವಚವಿರುತ್ತದೆ. ಈ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯ ಕವಚದಲ್ಲಿರುವ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ಯಾವುದು ಕೆಟ್ಟ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಮತ್ತು ಯಾವುದು ಒಳ್ಳೆಯ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಎಂಬುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ತಿಳಿಯದೇ ಹೋದಾಗಲೇ ಖಾಯಿಲೆ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಇಮ್ಯುನ್ ಸಿಸ್ಟಮ್ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಈಗ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬರೋಣ. ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಒಳಗೂ ಹೊರಗೂ ಅಡ್ಡಾಡಿಕೊಂಡಿರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ನಾವು ಹೇಗೆ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲವೋ, ಹಾಗೆ ಹರಮೂತ್ಯನಲ್ಲಿಯೇ, ಆತನ ಅಂಶಭಾಗದಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವ ನಮಗೆ ಆತ ಕಾಣುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅಲ್ಲವೇ, ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ವಿಕ್ರರೂಪ ದರ್ಶನವನ್ನು ತೋರಿಸುವಾಗ ವಿರೇಷವಾದ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ತ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದ್ದು ಇಲ್ಲವೆಂದರೆ, ತ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ವಿಕ್ರರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಜುನನು ಎಂದಿಗಾದರೂ ದರ್ಶಿಸುತ್ತಿದ್ದನೇ ? ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ ಒಂದು ಇರುವೆ ಅನೆಯನ್ನು ಎಂದಿಗಾದರೂ ಸಂಪೂರ್ಣ ನೋಡಲಾರೀತೆ ?

ನಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಜೀವನವನ್ನು ಒಮ್ಮೆ ವಿೀಕ್ಷಿಸಿ ನೋಡಿ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದಾಗಿನಿಂದ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗೋವರೆಗೂ ಸಹ ಎಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷ ಸಿಗುವುದೋ ಎಂದು ಓಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದೇವೆ. ನಮಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಹೊಗಳುವ ಬೈಕೆತಲೇ ಬೇಕು. ದುಡಿ ದುಡಿಯಾಗುವ ಊಟವೇ ಬೇಕು. ಅಹ್ಲಾದಕರ ವಾತಾವರಣವೇ ಬೇಕು. ನಮ್ಮಂತೆ ಕೇಳುವ ಹೆಂಡತಿ ಮಕ್ಕಳೇ ಬೇಕು. ನಾನು ಹೇಗೆಯೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲಿ, ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಬಾಸ್ ಸುಮ್ಮನಿರಬೇಕು. ವ್ಯಾಪಾರದಲ್ಲಿ ಬಾಫವೇ ಬರಬೇಕು ಮತ್ತು ರಾತ್ರಿ ಮಲಗಿದಾಗ ಮಂದರವಾದ ಸ್ವಪ್ನಗಳೇ ಬೀಳಬೇಕು. ವಿನಾದರೂ ಕೆಟ್ಟ ಸ್ವಪ್ನ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ನಮಗೆ ಎಚ್ಚರವಾಗುವುದು ಬಿಡಿತ. ಇವೆಲ್ಲ ಯಾತಕ್ಕಾಗಿ ಎಂಬುದು ಆಲೋಚಿಸಿದರೆ, ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಯುವುದು ಒಂದೇ ಒಂದು. ಅದು ಕೇವಲ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಎಂಬುದು. ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಈ ಓಟವೆಂಬುದನ್ನು ಒಂದು ವಿನವಾದರೂ, ಒಂದು ಕ್ಷಣವಾದರೂ ಆಲೋಚಿಸಿದ್ದೀರಾ ಅಥವಾ.... ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸಮಯ ಹಾಳು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೇ ಎನ್ನುತ್ತೀರಾ ?

ಪ್ರತಿ ದಿನ ನಿಮಗಾಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯವನ್ನು ನೀವೇ ಮೀಸಲಿಡಿ. ಆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇದರ ಕುರಿತು ಆಲೋಚಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಇದು ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಯಲಿ. ನಂತರ ನಿಮಗೇ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ನಾನು ಓಡುತ್ತಿರುವುದು ಅಥವಾ ಹುಟ್ಟಿನಿಂದ ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗಿನ ನನ್ನ ಪ್ರಯಾಣ ಎತ್ತ ಸಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದು ಈ ದೇಹಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳು ಎಂದು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ವಿನಃ ಇಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳ ನನ್ನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಾನೇನು ಪಡೆದುಕೊಂಡೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವೇ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ನೀವು ನೂರು ಕೋಟಿ ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡಿರಬಹುದು. ಅದೂ ಕೂಡ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಹೊರತು ಮತ್ಯಾವುದಕ್ಕಾಗಿ ? ಅದೂ ಹೋಗಲಿ, ನೂರು ಕೋಟಿ ಬಂದ ಮೇಲೆ ವಿನಾದರೂ ನಿಂತುಕೊಂಡು ಸಮಾಧಾನವ ಉಸಿರು ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದೀರಾ ಎಂದರೆ ಅದೂ ಇಲ್ಲ. ಹಾಗಾದರೆ, ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗಿನ ನಿಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಓಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಪ್ರತಿ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ಸಂತೋಷಕ್ಕೆ ಹಾಯ್ದಿದ್ದರೆ, ಈಗಾಗಲೇ ನಿಮಗನ್ನಿಸಿರಬೇಕು ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಈ ಹಾರಾಟವೆಂದು. ಹಾಗಾಂತ, ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಾಪಾರ ವ್ಯವಹಾರ ವೃತ್ತಿ ನಿಲ್ಲಿಸಿರೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ. ಅವೆಲ್ಲವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇದರ ಕುರಿತು, ಅಂದರೆ, ಶಾಶ್ವತವಾದ ಆನಂದದ



ಕುರಿತು ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಆಗ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅನ್ವೇಷಣೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನ ಅನ್ವೇಷಣೆಗಾಗಿ ಹೊರಗೆಬಿಟ್ಟು ಹುಡುಕಿದರೆ ಆತನ ಸುಳಿವು ಸಹ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ ನಿಮ್ಮ ಒಳಗೇ ಹುಡುಕಿರಿ.

ಒಮ್ಮೆ ಎಮ್ಮತ್ ಕಂಬದ ಕೆಳಗೆ ಎಮ್ಮತ್ ದೀಪದ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬನು ಏನನ್ನೋ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದ. ಆ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬನು ಇದನ್ನು ನೋಡಿದ ಹಾಗೂ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ "ಸ್ವಾಮಿ ತಾವು ಏನನ್ನಾದರೂ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ, ನನಗೂ ತಿಳಿಸಿರಿ ನಾನು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದ" ಅದಕ್ಕೆ ಆತನು "ನನ್ನ ಹೀ ಚೈನ್ ಕಳೆದಿದೆ ಅದಕ್ಕೆ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದೇನೆ" ಎಂದ. ಅದಕ್ಕೆ ಈತನೂ ಸಹ ಹುಡುಕಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ. ಇಬ್ಬರೂ ಸೇರಿ ಸುಮಾರು ಹೊತ್ತು ಹುಡುಕಿದರು ಪ್ರತಿ ಅಣು ಅಣುವನ್ನು ತೋರಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ. ಆಗ ಪ್ರಯಾಣಿಕ ಕೇಳಿದ "ಸುಮಾರು ಹೊತ್ತಿನಿಂದ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಪ್ರತಿ ಅಣು ಅಣುವು ತೋರಿಸಿದೆವು ನಿಮ್ಮ ಹೀ ಚೈನ್ ಸಿಗಲಿಲ್ಲ ನೀವು ಖಾಸಕ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದು ಎಲ್ಲಿ?" ಎಂದು ಕೇಳಿದ. ಅದಕ್ಕೆ ಆತ ಹೇಳಿದ, ಹೀ ಚೈನ್ ಕಳೆದುಕೊಂಡದ್ದು ಮನೆಯಲ್ಲಿ. ಆದರೆ, ಅಲ್ಲಿ ಕತ್ತಲೆ ಇದೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಹುಡುಕುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದ. ಎಲ್ಲರ ಕಥೆಯೂ ಇದೇ ರೀತಿಯೇ ಇದೆ. ಒಳಗಡೆ ಇರುವುದನ್ನು ಹೊರಗಡೆ ಹುಡುಕಿದರೆ ಸಿಗುವುದೇ. ಆತನಿಗೆ ನಿಜವಾಗಲೂ ಹೀ ಚೈನ್ ಬೇಕಿದ್ದರೆ, ಕತ್ತಲಾಗಿರುವ ತನ್ನ ಮನೆಯನ್ನು ಬೆಳಕು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಂತರ ಅದೇ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸೆಲ್ಲವೂ ಕತ್ತಲು ತುಂಬಿಕೊಂಡರೆ, ಪರಮಾತ್ಮನ ಸುಳಿವು ಸಿಗುವುದೇ? ಮೊದಲು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಬೆಳಕಿನಿಂದ ತುಂಬಿಸಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಅರಿವು ಮೂಡಬೇಕು. ಮನಸ್ಸೆಂಬುದು ಕೆಟ್ಟದು, ಇದನ್ನು ಗೆಲ್ಲಬೇಕು, ಇದು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳಲಾದರೂ, ಇದರಿಂದಲೇ ಅನರ್ಥ ಎಂಬುದನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಎಂದಿಂಥಾಗೂ ಗೆಲ್ಲಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಅದನ್ನು ಸ್ವೇಷಿತನನ್ನಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಯಾರನ್ನಾದರೂ ಕತ್ತುವೆಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಎಂದಾದರೂ ಅವರನ್ನು ಗೆಲ್ಲಲು ಸಾಧ್ಯದೇ? ಒಂದು ವೇಳೆ ಗೆದ್ದರೂ, ಅದು ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಲ್ಲವೇ? ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನ ಬಗ್ಗೆ ತೋರಣೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಲಿ. ಈ ತೋರಣೆಯೇ ಪರಮಾತ್ಮನ ಕುರಿತು ಅನ್ವೇಷಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಮನಸ್ಸಿನ ಕುರಿತು ತಿಳಿಸುವ ಸಲುವಾಗಿಯೇ ನಾವು "ಲೈಫ್ ಈಜ್ ಒನ್ಯಾ ಟೈಮ್" ಅಥವಾ "ಸುಮಧುರವೇ ಜೀವನ" ಎಂಬ ಎರಡು ದಿನದ ಶಿಬಿರವನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಯಶಸ್ಸು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ಸಾಧಿಸಬೇಕು? ಸಾಧಿಸಲು ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಧನಗಳಾವುವು? ತಾತ್ಕಾಲಿಕ ಯಶಸ್ಸು ಯಾವುದು? ಇದರಿಂದ ಅನಂದ ಹೇಗೆ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಈ ಎರಡು ದಿನದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನೀವು ಭಾಗವಹಿಸಿದರೆ, ನಿಮಗೇ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಹಾಗಂತ ನಾನಾಗಲೇ ಕಂಡು ಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆಂದು ಅರ್ಥವಲ್ಲ ನಾನು ಅನ್ವೇಷಣೆ ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಿದ್ದೇನೆ. ಅದನ್ನೇ ನಿಮಗೂ ತಿಳಿಸುವ ಕುತೂಹಲ ನನ್ನದು, ಬನ್ನಿ ಒಮ್ಮೆ ಈ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ.

- ಶ್ರೀ ಕೆ. ಭೀಮತ್ ರೆಡ್ಡಿ, ಆಪ್ತಕವಿ  
ಕರ್ನಾಟಕ ಎರನಿಂತ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ರಿ)

ಬೆಂಗಳೂರು

**"ಸುಮಧುರವೇ ಜೀವನ"**  
(enriched and spiritualized life)

**Life is Beautiful**  
ENJOYMENT SCIENCE TEACHING PROGRAMME

Date : Sept 12th & 13th 2009 Time : 9.30 am to 5 pm  
Venue:  
Karnataka Pyramid Dhyana Prachara Trust @  
#12B, 2nd Floor, 4th Block, Jayanagar, Bangalore 560011

Entry Donation :Rs 800 /-  
Contact no. 9481359920, 9738462773

ಈ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ಏಕೆ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳಬೇಕು?

1. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಪಡೆಯಲು.
  2. ಯಾವುದು ಎಂಬುದು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟದ್ದು.
  3. ಮನಸ್ಸನ್ನು ತಿಳಿದರೆ ಮನದೇವತಾನ್ನು ತಿಳಿದರೆ.
  4. ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ನಿಮ್ಮ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮೂಲಾಧಾರವಾಗಬಹುದು.
  5. ಮನಸ್ಸಿನ ಕುರಿತು ತಿಳಿಯುವುದಿದ್ದರೆ, ಜೀವನದ ಕುರಿತು ತಿಳಿಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.
  6. ಈ ಶಿಬಿರದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮನದೊಳಗೆ ಕೇವಲ ಯಶಸ್ಸನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಮೇಲ್ಮಾಣಾಧಿಪತಿಯಾದ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಹಾಯಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ.
- ಒಮ್ಮೆ ಭಾಗವಹಿಸಿ ನೋಡಿ ನಿಮಗೇ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

## ಓತೋ ಕಥೆ



ಒಂದು ಸಂಜೆಯ ಹೊತ್ತು ಗೌತಮ ಬುದ್ಧರು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಸತ್ಯಬೋಧನೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದು ಪ್ರತಿ ದಿನವ ಹದ್ದತಿಯಾಗಿತ್ತು. ಆತನ ಓತಬೋಧನೆ ಹಾಗೂ ಅದರ ಅಮೃತವಾಣಿ ಬಹಳ ಜನರನ್ನು ಸೆಳೆಯುತ್ತಿತ್ತು. ಬುದ್ಧ ತನ್ನ ಬೋಧನೆಯನ್ನು ಮುಗಿಯುವಾಗ ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯರನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ "ನೀವೆಲ್ಲರೂ ಇನ್ನು ಹೊರಡಿ. ಆದರೆ, ನಿನ್ನೆ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿರಿ". ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ರೂಢಿಯಾಗಿತ್ತು. ಅಂದೊಂದು ಸಂಜೆ ಬುದ್ಧನು ಪ್ರವಚನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಅಲ್ಲೇ ಮರೆಯಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಒಬ್ಬ ಕಳ್ಳನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ಹಾಗೆಯೇ, ಇನ್ನೂ ಸ್ವಲ್ಪ ದೂರದಲ್ಲಿ ಓರ್ವ ವೇಶ್ಯೆಯು ಕೆತ್ತಲಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿಳಳು. ಬುದ್ಧನ ಪ್ರವಚನ ಬಲು ಸೊಗಸಾಗಿತ್ತು ಅವರಿಬ್ಬರ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದ ತಂದಿತು. ಬೋಧನೆಯ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಎಂದಿನಂತೆ ಬುದ್ಧನು " ನೀವೆಲ್ಲರು ಇನ್ನು ಹೊರಡಿ. ಆದರೆ, ನಿನ್ನೆ ಮಾಡುವ ಮುನ್ನ ನೀವು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಕೆಲಸವನ್ನು ಮರೆಯಬೇಡಿರಿ " ಕಳ್ಳನಿಗೆ ಹರಮಾತ್ಸರ್ಯವಾಯಿತು. "ಈತನು ಬಲು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಮನುಷ್ಯ - ಮತ್ತೆ ಈತನಿಗೆ ನಾನು ಕಳ್ಳ ಎಂಬ ವಿಷಯ ಹೇಗೆ ತಿಳಿಯಿತು. ಆದೂ ಅಲ್ಲದೆ, ನನ್ನ ಕಮಲ ರಾತ್ರಿಯ ವೇಳೆಯಲ್ಲೇ ಮಾಡುವಂಥವು ಎಂದು ಖಚಿತವಾಗಿ ಹೇಗೆ ಹೇಳಬಲ್ಲವನಾಗಿದ್ದಾನೆ" ಎಂದುಕೊಂಡ. ಮರೆಯಲ್ಲಿ ನಿಂತು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದ ವೇಶ್ಯೆಗಂತೂ ಮೈಯಲ್ಲಿ ನಡುಕ ಉಂಟಾಯಿತು. ಈತನಾದೋ ತ್ರಿಕಾಲ ಜ್ಞಾನಿಯೇ ಸರಿ. ಹಾಗಿಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ, ನನ್ನ ವ್ಯಾಪಾರವು ಕತ್ತಲು ಕವಿದ ಮೇಲೆ ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಗೆ ನುಡಿಯಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯಪಟ್ಟಳು. ನಿಜಸಂಗತಿ ಬಿಸೆಂದರೆ, ಬುದ್ಧನು ತನ್ನ ಶಿಷ್ಯರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ವಿಷಯವನ್ನು ಕಲಿಸುತ್ತಿದ್ದ. ಮಲಗುವ ಮುನ್ನ ಶಿಷ್ಯರೆಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ನಂತರ ಮಲಗಬೇಕೆಂದು ಆತನ ಮಾತಿನ ಅರ್ಥ. ಆದರೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ವಲ್ಪವೂ ಅರಿಯದ ಕಳ್ಳ ಮತ್ತು ವೇಶ್ಯೆಗೆ ಅವರವರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರುವ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಬುದ್ಧನ ಮಾತನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡರು. ಕಳ್ಳತನ ಹಾಗೂ

## " ಮನಸ್ಸು ಹಾಗೂ ಮನವರಿಕೆ "

ವೇತ್ಯಾ ವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಅವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದರಲ್ಲಿ ಅವರ ತಪ್ಪೇನೂ ಇಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಗೋಚರಿಸದ ವಿಷಯಗಳು ಅಪರಿಮಿತವಾಗಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಮನಸ್ಸು ಬಲು ಚುರುಕಾಗಿ ನಮಗೆ ಬಲ್ಲಷ್ಟು ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ತನಗೆ ಎಟುಕದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಬಂಧಿಸಿ, ತನ್ನದೇ ಆದ ನಿಬಂಧನೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಕೆಳಗೆ ಕಾಣಿಸದ ಇರುವುದು ಹಾಗೂ ಇಂದ್ರಿಯ ಗೋಚರವಲ್ಲದ ಹೊರತು ಮತ್ತಿನ್ನಾವ ಸತ್ಯವೂ ಇಲ್ಲವೆಂದು ವಾದ ಮಾಡುವುದು ಮನಸ್ಸಿನ ಮುಖ್ಯತಾ ವಿಶೇಷ. ಅನುಮಾನಿಸುವುದು ಇದರ ಗುಣ ಆದಾದ ಮೇಲೆ ತರ್ಕಕ್ಕೆ ಸಿಲುಕಿಸಿ ದ್ವಂದ್ವವನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿ, ಅತಿ ಮುಗ್ಧತೆಯಿಂದ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಅಚೇತನಾದನ್ನಿಗೆ ತಳ್ಳಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ, ತಾನು ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬರಲಾಗದೆ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣ ಪಾಪ ಪ್ರಜ್ಞೆಯಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿ, ಯಾರು ವಿನು ಹೇಳಿದರೂ, ಅದು ತನ್ನನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿಯೇ ಎಂದು ತಿಳಿದು ತಳಮಳಗೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತಾನೆ. ಹಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸೀಮಿತಗೊಂಡಿರುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವ ಜನರು ಜ್ಞಾನಿಗಳಾಗಲು ಅಸಾಧ್ಯ. ಏಕೆಂದರೆ, ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಯೋಗ ಹರಂಪರ ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಡವಾದ ಶ್ರೋತೃವಾಗಬೇಕು. (ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಹೃದಯದಿಂದ ಆಲಿಸುವುದು). ಜ್ಞಾನರಕ್ತ ಉಳ್ಳವರು ಗುರುಮಾಣಿಯನ್ನು ಹೃದಯದಿಂದ ಆಲಿಸಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಸವಿಯುವುದು ಬಲು ಮುಖ್ಯವಾದ್ದು. ಅದರಲ್ಲೂ ಗುರುವಿನ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ಹೃದಯದ ಬಾಗಿಲು ತೆಗೆದಿರಬೇಕು. ಮನಸ್ಸಿನ ವಿಕಾರ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಬೆಕ್ಕಿಸದೆ, ಗುರುವಿನ ಅವ್ಯತವಾಗಿಯನ್ನು ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಸುವಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಬೇಕು. ಆಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಕವಿದಿರುವ ಕತ್ತಲೆಯು ತಾನೇ ತಾನಾಗಿ ಕರಗಿ ಜ್ಞಾನ ಜ್ಯೋತಿಯು ಬೆಳಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಆವರಿಸಿರುವ ಪಾಪ ಪ್ರಜ್ಞೆಯು ತೊಲಗಿ ನಾವು ಕೇವಲ ಶರೀರದಾರಿಗಳೆಂಬ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆ ಮಾಯವಾಗಿ ನಾವು ಅಮರರು ನಾವು ಬೇಕಿನ ಸ್ವರೂಪರು, ಸತ್ಯವಾಕ್ಯವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಜೀವೈಗಳು ಇಲ್ಲವಾಗಿ, ಈಗ ನಮ್ಮ ಆತ್ಮೋನ್ನತಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ನಿಂತು ಯಾವ ತಡೆಯೂ ಇಲ್ಲದೆ ಗುರುವಿನ ಮಾತುಗಳನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ತಲುಪಿಸಿ ಅನಂದವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಅನುವಾದ : ನಿರ್ಮಲ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್  
ಬೆಂಗಳೂರು.



## ಪಾಂಡಿಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳ ಹಬ್ಬ



14ನೇ ಆಗಸ್ಟ್ ಪಾಂಡಿಚೇರಿಯಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10 ಘಂಟೆಗೆ ಶ್ರೀ ಅಶ್ವಿನಿ ವಿಧ್ಯಾಸಂಸ್ಥೆಯ ನಿರ್ಮಾಪಕರಾದ ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದನ್‌ರವರು 5 ಪಿರಮಿಡ್ ಕಟ್ಟಡಗಳನ್ನು (ಒಂದೊಂದು 20X20) ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಿದರು. ಇದನ್ನು ಶ್ರೀ ಪತ್ರಿಜೆಯವರು ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಿ, ಅಲ್ಲಿನ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿದರು. ಈ ಸಮಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಚಿನ್ನೆಯಿಂವ ಸುಮಾರು 50 ಜನ ಸದಸ್ಯರು ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಹಾಗೂ ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಟ್ರಾನ್ಸ್ ಸದಸ್ಯರಾದ ಶ್ರೀ ಜಿ.ವಿ. ರೆಡ್ಡಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಸಾದ್‌ರವರು ಉಪಸ್ಥಿತರಿದ್ದರು. ಈ ಸಂದರ್ಭದ ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಶ್ರೀ ಪತ್ರಿಜೆಯವರು ಅನಂತ ಅಧಿನಂದನೆಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ತದನಂತರ, ಅವರು ನಮ್ಮ ಕರೀಕರಲ್ಲಿರುವ 5 ಬೆರಳುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡಿದರು.

1. ಚಿಕ್ಕ ಬೆರಳು - ಅಹಿಂಸೆ-ತರೀರ-ಅಹಂವೇಷೋಸ್ತಿ-ಕುಂಭಕರ್ಣ
2. ಉಂಗುರದ ಬೆರಳು-ಕಟಸ್ಥಮನಸ್ಸು ಅಹಂ ಮನೋಸ್ತಿ-ರಾವಣ
3. ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳು - ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಸಮನ್ ಸಾಂಗತ್ಯ - ಬುದ್ಧಿ -  
ಅಹಂ ಬುದ್ಧೋಸ್ತಿ - ವಿಭೀಷಣ - ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳು
4. ತೋರುಬೆರಳು - ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು, ಆತ್ಮ - ಆತ್ಮ  
ಅಹಂ ಆತ್ಮೋಸ್ತಿ - ಹನುಮಂತ
5. ಹೆಬ್ಬೆರಳು - ಧ್ಯಾನ ಕಲಿಸುವಿಕೆ, ವೈವತ್ಯ  
ವೈವತ್ಯ ಅಹಂ ಬ್ರಹ್ಮತಿ - ಶ್ರೀ ರಾಮ

ಮತ್ತೆ 60X60 ಪಿರಮಿಡ್ ಗಾಗಿ 7 ತಳಹದಿ ಹಾಕುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಈ ಪಿರಮಿಡ್ ಗಳನ್ನು

ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಲು ಹೈದರಾಬಾದ್ ನಿಂದ ನಿಪುಣ, ಪಾರಂಗತರಾದ ಶ್ರೀ ರಾಜನ್ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮಿಯವರನ್ನು ರವರ ಪ್ರೇರಣೆ, ಉತ್ತೇಜನ, ಈ ವಿಧ್ಯಾಸಂಸ್ಥೆಯ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯ ವಾಸ್ತು ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರಾದ ಶ್ರೀ ರಾಜನ್‌ರವರ ದಾರಿದೀಪವೇ ಈ ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳ ನಿರ್ಮಾಣಕ್ಕೆ ಮೀಸಲಾಯಿತು. ಹಾಗೂ PYMA ಮಾಸ್ಟರ್ ಪ್ರದೀಪ್‌ರವರ ಪಾತ್ರವು ಇದಕ್ಕೆ ಸಮರ್ಥನೀಯ ಮತ್ತು ನ್ಯಾಯ ಸಮ್ಮತದಿಂದ ಒಪ್ಪಿಸಲಾಯಿತು. ಅಧಿವೇಶನದ ಸಭೆಯ ನಂತರ, ಧ್ಯಾನದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು 10, 11, 12 ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಲಾಯಿತು. ಶ್ರೀ ಪ್ರತೀಜೆಯವರು ಕೆಲವು ಮಾಸ್ತರುಗಳಿಗೆ ಅವರ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಕೇಳಿಕೊಂಡರು. ಮಾಸ್ತರುಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಪತ್ರಿಜೆಯವರು ಪಾಲ್ಗೊಂಡರು.

ಶ್ರೀ ಅರವಿಂದನ್‌ರವರು ತಮ್ಮ ಭಾಷಣದಲ್ಲಿ ಈ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡಿದರು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ದೇವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮ ಇದ್ದಾನೆಂದು ನೀವು ಹೇಗೆ ತಿಳಿಯುತ್ತೀರೋ, ಅದೇ ರೀತಿ ಈ ಪಿರಮಿಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಹ ಪರಮಾತ್ಮನು ನೆಲೆಸಿದ್ದಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಆದ್ದರಿಂದ, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಪ್ರತಿದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಬೇಕು. ಶ್ರೀ ಪತ್ರಿಜೆಯವರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರೆ ದೇವರಾಗುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಇಲ್ಲಿ ಬಂದಿರುವವರಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಜನಗಳೂ ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳಿದ್ದೀರಾ ಎಂದು ಕೇಳಿದಾಗ ಸುಮಾರು 90% ಭಾಗ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳೆಂದು ಕೈ ಎತ್ತಿದರು. ಶಾಕಾಹಾರಿಗಳಾಗಲು ಇಚ್ಛಿಸುವಿರೋ? ಬನ್ನಿ ನಾನು ಹೇಳಿದ





ಹಾಗೆ ಪ್ರಮಾಣ ಮಾಡಿ ಎಂದಾಗ ಸುಮಾರು ಎದ್ದಾರ್ಥಿಗಳು ತಾವುಗಳು ಈ ದಿವಸದಿಂದ ಶಾಕಾಹಾರಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆಂದು ಪ್ರಮಾಣ ಮಾಡಿದರು.

ಎಲ್ಲರೂ 2 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಮೌನವಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ನನ್ನನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ಎಂದು ಅವರು ತಿಳಿಸಿದರು. ನಾನು ಶಕ್ತ ಎನ್ನುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಪೂರ್ತಿ ಕೋಣೆಯು ಮೌನವಾಯಿತು. ಅವರು ಮೌನ ಹೇಗಿತ್ತು ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ಬಹಳ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಅದಕ್ಕಂತಾ ಸಾವಿರಾರು ಪಟ್ಟು ಚಾಪ್ಪಿ. ಅದರಿಂದ, ಎಲ್ಲರೂ ಪ್ರತಿದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಹತ್ತಿರವರು ತಿಳಿಸಿದರು. “ಅನಾಪಾನಾಸತಿ” ಧ್ಯಾನವು ಬಹಳ ಸರಳ ಮತ್ತು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಎದ್ದಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರತಿದಿನ 30 ನಿಮಿಷಗಳಷ್ಟು ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು

ಎಂದು ಹತ್ತಿರವರು ತಿಳಿಸಿದರು. ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ 7 ವಿವಿಧ ತರಹದ ಅನುಭವಗಳಿವೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ, ವಿಜ್ಞಾನ ಪುಟ್ ಬಾಲ್, ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಕಲಿತಂತೆ, ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಸಹ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ನೂ ಸಹ ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಅವನ ಗುರು ಸಾಂದೀಪದ ಬಳಿ ಕಲಿತುಕೊಂಡನು ಮತ್ತು ದಿವಸ ಪೂರ್ತಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದನು. ಇದೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಬೇಕು.

ಆನಂತರ, ಶ್ರೀ ಹತ್ತಿರವರು ಭೋಜನ. ಹಾಗೆಯೇ 25x25 ವಿರಮಿಡ್‌ನ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್‌ಗಳು ಸಿದ್ಧವಾಗಿವೆ. ತಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಲಾಂಛನವನ್ನು ವಿರಮಿಡ್ ಜೊತೆಗೆ ಬದಲಾಯಿಸುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು. ಶ್ರೀ ಹತ್ತಿರವರು ಭೋಜನದ ನಂತರ, ರಾತ್ರಿ 8 ಘಂಟೆಯ ವಿಮಾನದಲ್ಲಿ ಹೈದರಾಬಾದಿಗೆ ಬಹಳ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಪ್ರಯಾಣ ಬೆಳೆಸಿದರು.

- ಶಾಲಿನಿ, ಚೆನ್ನೈ



## ಧ್ಯಾನ ಎಂದರೆ.....

“ಧ್ಯಾನವು ನಂಬಿಕೆಗಳ ಒಂದು ಸಮೂಹವಲ್ಲ, ಒಂದು ಸಿದ್ಧಾಂತವಲ್ಲ, ಒಂದು ಜೀವನಶೈಲಿಯಲ್ಲ ಅಥವಾ ಒಂದು ಧರ್ಮವೂ ಅಲ್ಲ. ಇದೊಂದು ಅನುಭವ, ವ್ಯಕ್ತಿಯೊಬ್ಬ ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ 20 ಅಥವಾ 30 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಮಾನಸಿಕ ತಂತ್ರ. ಪ್ರಚ್ಛಾದವನ್ನಿಗ್ನೆ ತನ್ನ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲ ಮತ್ತು ಸುಸ್ತು ಅಸ್ತಿತ್ವ ಹಾಗೂ ತನ್ನ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಹಾಗೂ ಅನಂತ ಅಸ್ತಿತ್ವಗಳ ಆಳ ಅಗಲಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಒಟ್ಟಾರೆ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಧ್ಯಾನವು ಒಂದು ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಒದಗುತ್ತದೆ.”

- ಶ್ರೀ ಮಹೇಶ್ ಯೋಗಿ



# ಆಹಾರ ವ್ಯವಹಾರ

'ಆಹಾರ'ವೆಂದರೆ....ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು. 'ವ್ಯವಹಾರ'ವೆಂದರೆ, ಕೊಡಲ್ಪಡುವುದು. ಮಾನುಷರು ಮನುಷ್ಯರ ಉದ್ದೇಶದಲ್ಲಿ 'ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು' ಅಂದರೆ, ಶರೀರಕ್ಕೋಸ್ಕರ, ಒಳಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಆಹಾರ, 'ಕೊಡಲ್ಪಡುವುದು' ಅಂದರೆ, ಹೊರಗೆ ಮಾಡುವ ವ್ಯವಹಾರ. ಆಹಾರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದೆಂದರೆ, ಶರೀರಕ್ಕೆ ಪೋಷಣೆ ಕೊಡುವ ಆಹಾರ. ಇದು ಪ್ರತಿ ಪ್ರಾಣಿಯು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ಪ್ರತ್ಯೇಕತೆಯೂ ಇಲ್ಲ. ಮತ್ತೆ ಮನುಷ್ಯನಾಗಿ ಹುಟ್ಟುವುದಕ್ಕೆ ನಮಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಪರೀಕ್ಷೆ ಇರಬೇಕಿಲ್ಲವೇ! ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಆಗುತ್ತವಾದ ವಿಷಯವೇ. ಆದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಕೊಡಬಾರದು.

ಆಹಾರಗಳಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು ವಿಧಗಳು ಇವೆ.

1. ಶರೀರಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯವೆನಿಸುವ ಆಹಾರ
2. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಆಹಾರ
3. ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಆಹಾರ
4. ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಆಹಾರ

ಮೊದಲನೆಯದು, ಶರೀರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ ಆಹಾರ - ಯಾರೂ ತಿಳಿದಿರದರೂ, ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದೇ ಅದು. "ಮಾನವನಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿರುವ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು" ಅಂದರೆ, ಸೂರ್ಯೋದಯ, ಸೂರ್ಯಾಸ್ತ ಸಮಯ, ತುಂಬಿದ ಬೆಳಂದಿಂಗಳು, ಪ್ರಕೃತಿ ಅಂದ-ಬಂದಗಳು ಇವುಗಳೆಲ್ಲಾ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಆಹ್ಲಾದವನ್ನು ಮತ್ತು ಆನಂದವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ, ಮನಸ್ಸು ಹಬ್ಬವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅವುಗಳೆಲ್ಲಾ ಮನಸ್ಸು ಮಗ್ನವಾಗುವಾಗ ಅದರ ಆರೋಗ್ಯ ದ್ವಿಗುಣವಾಗುತ್ತದೆ.

"ಬುದ್ಧಿಗೋಸ್ಕರ ಆಹಾರವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು" - ಅಂದರೆ, ಬುದ್ಧಿಯು ಪರಿಹುವ್ಯವಾಗಬೇಕಾದರೆ, ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು. ಈಗ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುವವರ ಬುದ್ಧಿ ಭಗವದ್ಗೀತೆ, ಬೈಬಲ್, ಸ್ಕೂ-ಎಂಟ್ ಸ್ಪಿರಿಚುವಲ್ ಬುಕ್‌ಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕೆಂದು ಬಹಳ ಆಜ್ಞೆಯಾಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪದೇ ಪದೇ ಓದುವುದರಿಂದ ಮಹಾತ್ಮರ ಒಳ್ಳೆಯತನಗಳನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ.

ಎಲ್ಲವುಗಳಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದುದು "ಆತ್ಮವದನಾದ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕಾರ" ಮಾಡುವುದು. ಅದೇ 'ಧ್ಯಾನ'! ಧ್ಯಾನದಿಂದ ನಮ್ಮ

ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯನ್ನು, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು, ವಿಶ್ವಾಸ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಹೊಂದುವುದೇ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕಾರ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ, ನಮ್ಮ "P.S.S.M" ರವರಾದ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಈ ಧ್ಯಾನ, ಸಾಧ್ಯಾಯಿ, ಸದ್ಭಾಸ-ಪಾಂಚ್ಚಗಲಿಂವ ನಾಲ್ಕು ತರಹದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾ ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಮಹಾಶಕ್ತಿಯಂತರಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಾವೇ ಅಲ್ಲದೇ ಪ್ರಪಂಚದನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಮ್ಮಂತೆಯೇ ತಯಾರು ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವುದೇ ನಮ್ಮ ಮೌಲ್ಯಯುತವಾದ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥ.



ಈ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ 'ಚತುರ್ವಿಧ ಆಹಾರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವ' ಸದುಗ್ರ ವಿಧಾನದಿಂದ ನಮ್ಮ 'ಜೀವನ' ಪರಮ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮ ಬಾಯಿಂದ ಬರುವ "ವ್ಯವಹಾರ" ಸಹಾ ನಮ್ಮ ಮೈಂಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಇರುವ ಆಹಾರದ ಮೇಲೆ ನೂರಕ್ಕೆ ಸಾವಿರ ಪಾಲು ಆಧಾರಪಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಮಾನವಿಕ ಪರವಾದ, ಬುದ್ಧಿಪರವಾದ, ಆತ್ಮಪರವಾದ, ಆಹಾರಗಳು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ, ಮೈಂಡ್ ನ'ವೆಂಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆಯೇ, ನಮ್ಮ ವಶವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಿಂದ, ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ಮಾತು ಸರಿಯಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಮಾತು ಸರಿಯಾಗಿದಾಗಲೇ, ತನ್ನಪಕ್ಷೇ ತಾನೇ ಸರಿಯಾಗಿ ಬರಲಾಗಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ "ವ್ಯವಹಾರ"ವಲ್ಲೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಆಹಾರದಲ್ಲೂ ಜಾಗೃತೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕು. ಬೆಳಗ್ಗೆ ಎದ್ದ

ಕೂಡಲೇ ಎರಡು ಘಂಟೆಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ, ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಆಹಾರ ಕೊಟ್ಟುಹೊರಗೆ ಹೋಗಿ ವ್ಯವಹಾರವನ್ನು ಮಾಡಿ ನೋಡಿದರೆ, ಮುಖದ ವರ್ಚಸ್ಸು ಬಹಳಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿ ಪ್ರತಿ ಕೆಲಸವೂ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನುಷ್ಯನು ಯುಖ್ಯ - ಆತನ 'ನೆರಳು' ಮುಖ್ಯವಲ್ಲ! "ನನ್ನ ನೆರಳು ನನ್ನ ಹಿಂದೆ ಬರುತ್ತದೆಯೋ, ಇಲ್ಲವೋ" ಎಂದು ಭಯಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ! ಏಕೆಂದರೆ, ನೆರಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ. "ನೆರಳು ಕುರಿತು ಆ ತರಹ ಅನುಮಾನ ಪಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಆಹಾರಕ್ಕೆ.... ವ್ಯವಹಾರವೆನ್ನುವುದು 'ನೆರಳು' ಮಾತ್ರವೇ! "ಯಥಾರಾಜ ತಥಾಪ್ರಜಾ" ಎನ್ನುವ ಹಾಗೆ, 'ಯಥಾ ಆಹಾರ ತಥಾ ವ್ಯವಹಾರ' ಕಾನನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಜೆಗಳು ಇರುತ್ತಾರೆ. ಆಹಾರವೆಂದರೆ, ಕಾನ. ವ್ಯವಹಾರವೆಂದರೆ, ಪ್ರಜೆಗಳು. ರಾಜನು ಚೆನ್ನಾಗಿದ್ದರೆ, ಪ್ರಜೆಗಳು ಸಹಜವಾಗಿ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತಾರೆ.





ನಾವು ನಾಸ್ತಿಕರಾದರೆ, ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತಹ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಓದಿದರೆ, ಆ ಭಾವನೆಗಳೇ ಬೆಳೆದು ಹೇಗೆ ನಾಸ್ತಿಕರಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೋ, ಹಾಗೇ, ಬುದ್ಧ ಮಹಾವೀರರ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿದರೆ, ಬುದ್ಧಿಯು ವಿಕಸಿತಗೊಂಡು, ಅವರಂತೆ ನಾವೂ ಆಗುತ್ತೇವೆ. ನ್ಯಾಸಿಕರದು, ಬಾವಿಯಲ್ಲಿ ಬದುಕುವ ಕಪ್ಪೆಗಳಂತೆ ಮಾಮೂಲೂ ಜೀವನ. ಧ್ಯಾನಿಗಳದು, ವಿಶಾಲವಾದ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಬದುಕುವ ಪಿಂಜಿಗಲವಂತಹ ಜೀವನ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಕಲ ಪ್ರಾಣ ಕೋಟಿಯಿಂದ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು - "ನಿರಂತರವೂ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕು" ಎಂಬುದು ಇದೇ. ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ಆಸೆ, ಗಮನಿಸುವುದು, ಇರಬೇಕೆಂದು ಹೊರತು, ಒಂದು ಇರುವೆ, ಒಂದು ಹಾವು, ಒಂದು ಆನೆ, ಒಬ್ಬ ಜವಾನ ಎಲ್ಲರ ಪತ್ತಿವನ್ನೂ - ಎಲ್ಲರಿಂದಲೂ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬುದು ಭೃಥ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಕತ್ತಿ-ಯುದ್ಧ ಕಲಿಯಬೇಕೆಂಬ ಆಪೇಕ್ಷೆ ಇರುವವರು ಯಾವಾಗಲೂ ತಮ್ಮ ಕತ್ತಿಯನ್ನು ತುಕ್ಕುಹಿಡಿಯಲು ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ! ಆಗಾಗ ಅದಕ್ಕೆ ಸಾಣೆ ಮಾಡುತ್ತಾ..... ಇನ್ನೂ ಇನ್ನೂ ಹೊಲೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾ, ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಅದ್ದರಿಂದಲೇ, ನಿಜವಾಗಿ ಯುದ್ಧ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬಂದಾಗ ಜಯವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾನೆ. ಒಂದು ಕಾರ್ಯಾಗಾರದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಪರಿಶ್ರಮಿಯು ತಾನು ಸಂಪಾದಿಸಿದ ನಾಣ್ಯವನ್ನು ಆಗಿಂದಾಗ್ಗೆ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾನೆ.

ಸಾಧನೆಯ ತೀವ್ರತೆಯನ್ನು ಪಡೆದು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಹಿಡಿದು ಸಾಧ್ಯ ಅಸಾಧ್ಯ, ಅನುಕೂಲ ಅನುಶ್ರೇಷ್ಠ ಇರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವರಿಗೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಪ್ರಾರಂಭಮಾಡಿದ ಮೂರನೇ ದಿವಸಕ್ಕೆ ಮೂರನೇ ಕಣ್ಣು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. "ಅದೃಷ್ಟ" ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ ಅಚ್ಚಾನಿಗಳು. ಆದರೆ, ಯಾವುದೂ ತಾನಾಗಿಯೇ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಅಖಂಡವಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಇದೇ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಯ ಫಲ! ಹಿರಣ್ಯಕಶಿಪು, ಪ್ರಹ್ಲಾದನನ್ನು ಸಾಯಿಸುವುದಕ್ಕೆ ತಹ-ವಿಧಾನವಿರುವ ಪ್ರಯತ್ನ

ಮಾಡಿದನು. ಪ್ರಹ್ಲಾದನಾಗಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಆ ಬಾಲಕನು, ಆ ಪ್ರಹ್ಲಾದ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸಾಧನೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಅಂದರೆ, ಏನು? ಅದಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿಯೇ ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದ್ದ "ಧ್ಯಾನ ಮಹಿಮೆ"ಯು ಪ್ರಹ್ಲಾದನಾಗಿ ವಿಕಸಿತಗೊಂಡಿತ್ತು. ಅದರಿಂದಲೇ, ಹಿರಣ್ಯಕಶಪುವಿಗೆ ಏನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ. ಅದೂ ಅಲ್ಲದೆ, ಡಾಕ್ಟರ್ ಮಂಗಳಂ ಪಲ್ಲಿ, ಬಾಲಮುದಲಿ ಕೃಷ್ಣದವರು ಅತೀ ಚಿಕ್ಕವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆವಾಢಿಸಿದರು, ಅಸ್ಥಾದ ನೀಡಿದರು. ಯಾವೂ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಶಿಷಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿಸಲಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಿಂದ ಬಂದಿತೆಂದು ಹೇಳು? ಎಲ್ಲಾ ಸಹ ಮೂರ್ಛಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಕಲಿತು ಕೊಂಡು ಬಂದಿವರು. ಅದ್ದರಿಂದ, ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲೂ ಬಂದಿದೆ!

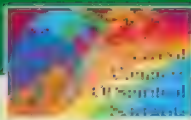
ಮೂರ್ಛಜನ್ಮದಲ್ಲೂ ಮತ್ತೆ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲೂ ಸಾಧನೆಯಿಲ್ಲದವರ ವಿಷಯ ಏನು? ಅದರಿಗೋಸ್ಕರವೇ ನಮ್ಮ "P.S.S.M" ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ್ದೆ. ನಮ್ಮ ಕೈಗೆ ಏನು ಬೆರಳುಗಳಿವೆ. ಚಿಕ್ಕಬೆರಳು ತರೀರದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೋಸ್ಕರ, ಉಂಗುರದ ಬೆರಳು ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಮಧ್ಯದ ಬೆರಳು ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೋಸ್ಕರ, ನಾಲ್ಕನೆಯ ಬೆರಳು ಸಂಘಪರವಾದ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಇರುತ್ತದೆ. "ನಾನು ಚೆನ್ನಾಗಿರಬೇಕು" ಎನ್ನುವುದು ಅದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದೆ ಆರೋಗ್ಯ - "ಎಲ್ಲರೂ ಚೆನ್ನಾಗಿರಬೇಕು" ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಂಘಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟಂತೆ ಆರೋಗ್ಯ. "ಸೂಕ್ಷ್ಮದಲ್ಲಿ ಚೆಟ್ಟದಷ್ಟು ಮೋಕ್ಷ" ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ಸಿದ್ಧಿಸಿದರೆ, "ಸೂಲಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪದರಲ್ಲಿ ಮೋಕ್ಷ" ಪುಣ್ಯಕಾರ್ಯಗಳು ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ! ಚೆಟ್ಟದಷ್ಟು ಪುಣ್ಯಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ಬರುವ ಮೋಕ್ಷವು- ವಿಮರ್ಶೆ ಎರಡು ಘಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದರೆ ಬಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬನ ಜೀವನ "ಮೂರು ಹೊತ್ತುಗಳು ಅರು ಕಾಯಿಗಳಾಗಿ ಇದೆ" ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವವರಿಗೆ "ಮುವತ್ತು ಹೊತ್ತುಗಳು ಅರುವತ್ತು ಕಾಯಿಗಳಂತೆ" ಬೇವನವಿರುತ್ತದೆ! ಅಂದರೆ, ಧ್ಯಾನಿಯಾಗದೇ ಇರುವವರಿಗೆ ದಕ್ಕುವುದು - ಮೂರು ಭಾಗ್ಯಗಳು.....ಹೆಚ್ಚು ಅಂದರೆ, ಅದು ಭಾಗ್ಯಗಳು..... ಅದು ಎಷ್ಟೋ, ಸೂವಾರು, ಸಾವಿವಾರು ಪುಣ್ಯಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ.. ಆದರೆ, ಧ್ಯಾನಿಗಳಾಗಿರುವವರಿಗೆ "ಮುವತ್ತು, ಅರವತ್ತು" ಅಚ್ಚಾ ಕೊನೆಯೇ ಇಲ್ಲವಷ್ಟು ಭಾಗ್ಯಗಳು!

ತರೀರಕ್ಕೆ ನೀರು ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ, ಅದು ಸ್ನಾನ. ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಣವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ, ಅದು ಧ್ಯಾನ! ಅದುವರಿಂದಲೇ, ಕೇವಲ "ತರೀರಕ್ಕೆ ಅಹಾರ" ಎಂದುಕೊಳ್ಳದೇ, ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪ್ರತಿದಿವಸ, ಧ್ಯಾನ ತಪ್ಪದೇ ಆಚರಿಸಿದರೆ, ಈ ಜನ್ಮಜನ್ಮಾದರೂ ಪಾರೀರಿತ ಪರ, ಮಾನಸಿಕಪರ, ಬುದ್ಧಿಪರ, ಆತ್ಮಪರ, ಸಂಘಪರವಾದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ.

- ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ: ಹುಳಸಿ.ಕೆ. ಮೂರ್ತಿ





## Global Congress for Spiritual Scientists 2009

### Earth Evolution Through Spiritual Revolution

The Global Congress of Spiritual Scientists (GCSS) is a unique Platform created for New Age Spiritual Masters and Spiritual Scientists of the world to share their Wisdom, Perspectives, and Experiences with Spiritual Seekers and Leading-edge Thinkers across the globe.

This 4-day residential conference will be held from October 2-5, in the picturesque Pyramid Valley, near Bangalore. Energized by the mystical powers of the World's Largest Pyramid built solely for meditation, and blessed with natural meditative environs, Pyramid Valley ([www.pyramidvalley.org](http://www.pyramidvalley.org)) provides a unique space for learning and self-development.

This Event is jointly organized by The Pyramid Spiritual Trust (India) and Life Research Academy in association with Times Foundation.

The Theme of the Congress is " **EARTH EVOLUTION THROUGH SPIRITUAL REVOLUTION** ". In line with the theme, several globally renowned spiritual masters will share the secrets of their own spiritual transformation and inspire us with their vision for a better world - a world where Spirituality will no longer be viewed as "Away from Life" but as "A Way of Life".

The Event will comprise of workshops, seminars, lectures, research paper presentations, meditation sessions, and exhibitions. All sessions would be interactive and allow sharing. Speakers at the Conference are at the pinnacle of their respective fields, and bring with them their lifetimes' wisdom. The speakers include:

- From India... **Brahmarshi Patriji** on The Science of Meditation and **Dr. Newton K.** on The Science of Future Life Progression & Past Life Regression . **Sri Sri Ravi Shankar** will present keynote address.
- From U.S.A... **Bob Frissell** on Countdown to 2012 and Beyond, **Rasha** on Oneness: Discovering the Divinity Within, and **Eric Burglund** on Preparing for the Coming Changes
- From Australia... **Jasmuheen** on Enhancing Human Evolution and the Global benefits of Personal Enlightenment

Special from Damanhur Spiritual Community, Italy... **Esperide Ananas** will take us through an amazing demonstration of Plant Consciousness - a skill that was perfected at Damanhur through technological research

Several Leading-edge Thinkers from all walks of life will participate to witness the research in the field of spiritual science and have an opportunity to apply the wisdom in their respective fields for personal as well as social development, while spiritual seekers will be able to learn and practice ways that lead to Spiritual Growth.

Benefits to participants include understanding and preparing for the changes leading to 2012 and beyond, getting glimpses into the future & discovering the purpose of this life, increasing pranic energy, learning about and experiencing the amazing healing power of music, witnessing plant consciousness, practicing intensive meditation and many more.

For enquiries and registrations, visit [www.spiritualcongress.org](http://www.spiritualcongress.org) or call 080 4343 2525



**ಆಗಸ್ಟ್ 1ನೇ ದಿನ :** ಎಲ್ಲರೂ ದೆಹಲಿ ಸೇರಿದವು ಆ ದಿನ ಗೀತಾ ಭವನದಲ್ಲಿ ಉಪನುಕೂಲವಾಯಿತು. ಈ ಯಾತ್ರೆಗೆ ಸುಮಾರು 276 ಜನ ಹಾಜರಾಗಿದ್ದರು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 2ನೇ ದಿನ :** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಇನ್‌ದೇರ್‌ಪುರಿಯಲ್ಲಿರುವ "ಶ್ರೀ ಗೌತಮ ಬುದ್ಧ ಪರಮಿತ್ ಸ್ಪಿರಿತ್ಯುಲ್ ಕೇರ್ ಸೆಂಟರ್"ಗೆ ಹೋದವು. ಕೇರ್ ಸೆಂಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ಗ್ರಂಥಾಲಯವಿದೆ. ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಪರಮಿತ್‌ಗಳಿವೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳೆಲ್ಲ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಬಂದರು. ನಂತರ, ಇಂಡಿಯ ಗೇಟ್, ರೆಡ್ ಪ್ಯಾರ್ಕ್, ಬಿರ್ಲಾ ಮಂದಿರ, ಕುತುಬ್ ಮಿನಾರ್, ಇಂದಿರಾಗಾಂಧಿ ಮೆಮೋರಿಯಲ್, ಮಹಾತ್ಮಾಗಾಂಧಿ ಮ್ಯೂಜಿಯಂ, ಲೋಟಸ್ ಟೆಂಪಲ್, ಅಕ್ಷರಧಾಮ, ಇವನ್ನೆಲ್ಲಾ ವೀಕ್ಷಿಸಿ ನಾವು ಗೀತಾ ಭವನಕ್ಕೆ ತೆರಳಿದವು. ಅದೇ ದಿನ ರಾತ್ರಿ ಭೋಜನಾ ನಂತರ ಎಲ್ಲರೂ ಬಸ್ ಪತ್ತಿ ಋಷಿಕೇಶ ಕಡೆಗೆ ಹೊರಟೆವು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 3ನೇ ದಿನ :** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಋಷಿಕೇಶದಲ್ಲಿರುವ ದಯಾನಂದ ಅಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಹೊರಟೆವು. ಅಶ್ರಮದ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಗಂಗಾ ನದಿಯು ಅಲೆ ಅಲೆಯಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತಿದ್ದಳು. ಎಲ್ಲರೂ ಗಂಗಾ ನದಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದವು. ಅಲ್ಲಿ ರಾಮಜಾಲ, ಲಕ್ಷ್ಮಣ ಜಾಲ ನೋಡಿ ಮತ್ತೆ ಅಶ್ರಮಕ್ಕೆ ಹೊರಟೆವು. ಆ ಪೇಳಿಗೆ ಪತ್ರಿಜೀವರ್ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಆಗಮಿಸಿದರು. ಅವರು ಬಂದ ಓಡನೆ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಹೊಸ ಉತ್ಸಾಹ ಹೊರ ಹೊಮ್ಮಿತು. ನಂತರ, ಎಲ್ಲರೂ 2 ಗಂಟೆಗೆ ಹರಿದ್ವಾರಕ್ಕೆ ಹೊರಟೆವು. ರೋಡ್‌ವೇ ಮುಖಾಂತರ ಹೋಗಿ ಚಂಡೀದೇವಿ, ಮಾನಸಾದೇವಿ ದೇವಾಲಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು, ಅಂದು ಸಂಜೆ 7 ಘಂಟೆಗೆ ಗಂಗಾ ಆರತಿ ನೋಡಿ ಮತ್ತೆ ನಾವು ಋಷಿಕೇಶಕ್ಕೆ ಹೊರಟೆವು. ಪತ್ರಿಜೀವರ್ ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ, ಚಿತ್ತ, ಅಹಂಕಾರದ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅರ್ಥವಾಗುವಂತೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿಳಾಸಿಸಿದರು.

ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ, ಚಿತ್ತ ಅಹಂಕಾರ. ಇವರಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರು ಹೀರೋ ಇಬ್ಬರು ವಿಲನ್ ಇದ್ದಾರೆ.

ಮನಸ್ಸು - ಬುದ್ಧಿ ಅನ್ನೋದು ಹೀರೋ. ಚಿತ್ತ-ಅಹಂಕಾರ ಅನ್ನೋದು ವಿಲನ್. 'ಅಹಂಕಾರ' ಎನ್ನುವುದು ಕೇವಲ ನೆರಳು. ನಿಜವಾದ 'ವಿಲನ್' ಎಂದರೆ ಚಿತ್ತ.

ಚಿತ್ತ ಎನ್ನುವ ವಿಲನ್‌ನನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿದರೆ ಅಹಂಕಾರವೆಂಬ ನೆರಳು ಸಹ ದೂರವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದ ಪತ್ರಿಜೀವರ್‌ತುಂಬ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 4ನೇ ದಿನ :** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ವಿಪ್ರಲೋಕಿಗೆ ಹೊರಟೆವು. ಅದು ತುಂಬಾ ಫಾಟ್ (ತಿರುದಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುವ) ರಸ್ತೆಯಾಗಿತ್ತು. ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಬೆಟ್ಟಗಳು, ಹಚ್ಚ ಹಸಿವಾದ ಪ್ರಕೃತಿ ನಮ್ಮನ್ನು ಬೇರೆ



ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಕೊಂಡೊಂದತ್ತಿತ್ತು. ಬೆಟ್ಟಗಳನ್ನು ಎಷ್ಟು ನೋಡಿದರು ಆಸೆ ತೀರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಬೆಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಇನ್ನೊಂದು ಬೆಟ್ಟ ಬಹಳ ಸುಂದರವಾಗಿತ್ತು. ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿ ಬೆಟ್ಟ, ಪ್ರತಿ ಮರಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ ಸಂಜೆಗೆ ವಿಪ್ರಲೋಕಿಗೆ ಸೇರಿದವು. ರಾತ್ರಿಗೆ ನಾವು ಅಲ್ಲಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡೆವು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 5ನೇ ದಿನ :** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 5 ಗಂಟೆಗೆ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಪ್ರಯಾಣ ಬದರೀನಾಥ್ ಕಡೆಗೆ ಹೊರಟಿತು. ಬೆಳಗಿನ ಜಾವದ ಮುಂಬು ಅವರಿಸಿದ ಬೆಟ್ಟಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ ಆಗ ತಾನೇ ಸೂರ್ಯನ ಕಿರಣಗಳು ಮಂಜಿನ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದ ಅದರ ಪ್ರಕಾಶದ ಕಾಂತಿಯನ್ನು ನೋಡಲು ಎರಡು ಕಣ್ಣು ಸಾಲದು. ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಜಲಪಾತಗಳು ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಸುಂದರ ದೃಶ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು ಬದರೀನಾಥ್ ಸೇರಿದವು. ಬಹು ಅಳಿಯುತ್ತಿದ್ದ ಹಾಗೆಯೇ, ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಬದರೀನಾರಾಯಣರಾದ ಪತ್ರಿಜೀವರ್ ಪ್ರಕೃತ್ವವಾದರು. ಎಲ್ಲರೂ ಅವರೊಡನೆ ಪೋಟೊ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಮುಂದಾದರು. ಆ ಸ್ಥಳ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಬದರೀನಾಥ್ 13,500 ಅಡಿ ಎತ್ತರದಲ್ಲಿದೆ. ಎಲ್ಲರೂ ಚಿನ್ನ ಬೆರಳು ಸ್ನಾನ ಮತ್ತೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿಂದ ಬದರೀನಾರಾಯಣ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಅಲ್ಲಿ ಬಸಿವೀರಿನ ಹೊಂಡದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿದವು. ಇದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಎನಿಸಿದರೆ, ಈ ನೀರು ಬೆಟ್ಟಗುಡ್ಡಗಳಿಂದ ನೇರವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಪತ್ರಿಜೀವರ್ ಆ ಬಸಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಇಳಿದು ಪೂರ್ವಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಗ್ನ ಹೋದರು. ಆ ದೃಶ್ಯ ನಮ್ಮನ್ನು ಯಾವುದೋ ತಿಳುವಿದ ಆಳಕ್ಕೆ ಕರೆದೊಯಿತು. ಸ್ನಾನದ ನಂತರ, ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಬದರೀನಾರಾಯಣ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿ ಎಲ್ಲರೂ ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದವು. ಆ ಪ್ರದೇಶ ಅಷ್ಟು ಎತ್ತರವಿರುವ ಕಾರಣ ತುಂಬಾ ಚಳಿಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಭೋಜನ ದ ನಂತರ ಎಲ್ಲರೂ ವ್ಯಾಸ ಗುಹೆಗೆ ಬ್ರಹ್ಮಿಂಗ್ ಹೋದವು. ನಂತರ, ಸಂಜೆ ಆ ಮಠದಲ್ಲಿ ಪತ್ರಿಜೀವರ್ ಭಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರವಚನ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಮಾಡಿದರು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 6ನೇ ದಿನ:** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬದರೀನಾಥ್ ನಿಂದ ಹೊರಟು



ಗೋವಿಂದ ಫಾಟ್ ಸೇರಿದೆವು. ಅಲ್ಲಿಂದ 14 ಕಿ.ಮೀ. ಗಂಗಾರಿಯಾಗೆ ಪ್ರಯಾಣ, ಸಡೆದಂಹೋಗಬಹುದು. ಕುದುರೆಯಲ್ಲಿ ಹೋಲಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಗಬಹುದು. ಪತ್ರಿಕೆಸರ್ 14 ಕಿ.ಮೀ. ಗಂಗಾರಿಯಾಗೆ ಸಡೆದುಕೊಂಡೆ ಹೋದರು. ನಿಧಾನವಾಗಿ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರೇ ಅವರವರಿಗೆ ಬೇಕಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮುಂದುವರಿಸಿದ್ದರು. ಸುತ್ತಲು ದಟ್ಟವಾದ ಮರಗಳು, ಪಕ್ಷಿಗಳ ಚಿಲಿಪಿಲಿ ನಾಡಗಳು, ದೊಡ್ಡ ದೊಡ್ಡ ಜಲಪಾತಗಳು, ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿತ್ತು. ಆ ದಟ್ಟವಾದ ಮರಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಸಡೆಮುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಒಂದು ರೀತಿಯಾದ ತಕ್ರಿಯ ಜೊತೆ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತಿತ್ತು. ಅಂತಹ ಅದ್ಭುತವಾದ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾಗ, ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಾದ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ. ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲ ಸುಂದರ ನೋಟಗಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡು ಸಂಜೆ ವೇಳೆಗೆ ಗಂಗಾರಿಯಾ ಸೇರಿಕೊಂಡೆವು.

ಆಗಸ್ಟ್ 7ನೇ ದಿನ : ನಾವು ಕುತೂಹಲದಿಂದ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದ ದಿನ ಬಂದೇ ಬಿಟ್ಟಿತು. "ವ್ಯಾಲಿ ಆಫ್ ಫ್ಲವರ್ಸ್" ಅನ್ನೋದು ಹಿಮಾಲಯದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದು ನಿಂತ ಹೂವಿನ ತೋಟ. ಸುಮಾರು 12 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ವರೆಗೂ ಈ ಹೂವಿನ ತೋಟ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಆವರಿಸಿತು. "ಲಿವಿಂಗ್ ವಿತ್ ಹಿಮಾಲಯನ್ ಮ್ಯಾಸ್ಟರ್ಸ್" ಎನ್ನುವ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಮಿ ರಾಮ ಈ "ವ್ಯಾಲಿ ಆಫ್ ಫ್ಲವರ್ಸ್" ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬಾ ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಗಂಗಾರಿಯಾದಿಂದ ಈ "ವ್ಯಾಲಿ ಆಫ್ ಫ್ಲವರ್ಸ್" 3 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ದೂರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ನಾವು ಸಡೆದಂಹೋಗಬಹುದು.

ಹೋಲಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಬುಟ್ಟಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಹೋಗಬಹುದು. ಆ ದಾರಿಯು ತುಂಬಾ ಕಠಿಣವಾಗಿದ್ದುತ್ತು. ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಸರಿಯಾಗಿ 12 ಗಂಟೆಗೆ ಎಲ್ಲರೂ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಸೇರಿದೆವು. ಆ ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಸೇರಿದ ಕ್ಷಣವೇ ಅಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಹೂಗಳು ಬಹಳ ಸುಂದರವಾಗಿತ್ತು. ಬಗೆಬಗೆಯ ಬಣ್ಣದ ಹೂಗಳು ಅಲ್ಲಿದ್ದವು. ಸುತ್ತಲು ಹಿಮಾಲಯದ ಬೆಟ್ಟಗಳು ಬಹಳ ಸುಂದರವಾಗಿತ್ತು. ಆ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಯುಷಿಗಳು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ್ದರಂತೆ.

ಪತ್ರಿಕೆಸರ್ ನಮಗೆ ತಮ್ಮ ವೇಬುಗಾಸ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಹೇಳಿದರು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತುಂಬಾ ಗಾಢವಾಗಿ

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಈ ಪ್ರದೇಶದಿಂದ "ತಮ್ಮ ವೇವಿತಾಂತ್ಯದವರೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ್ದೀರಿ" ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಪತ್ರಿಕೆ ಸರ್ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿ ಆ ಗಂಗಾರಿಯಾಗೆ ತೆರಳಿದೆವು. ರಾತ್ರಿ ಅಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದೆವು.

ಆಗಸ್ಟ್ 9ನೇ ದಿನ : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಗೋವಿಂದ ಫಾಟ್ ಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಬೆಳೆಸಿದೆವು. ಅಲ್ಲಿಂದ ಪಿಪ್ಲರಕೋಟೆ ಸೇರುವ ವೇಳೆಗೆ ಸಂಜೆಯಾಗಿತ್ತು. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಅಲ್ಲೇ ರಾತಿಯನ್ನು ಕಳೆದವು. ಅಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧಾ ಸಮಾಧಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಸರ್ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ಶ್ರದ್ಧಾ ಎನ್ನುವುದು ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶ. ನಮಗೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆ ಎಂಬುದು ಇದ್ದರೆ, ಎಂತಹಾ ಕೆಲಸವನ್ನಾದರೂ ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು. ಸುಖವಿ ಎಂದರೆ 'ತಾಳ್' ಎಂದರ್ಥ. ಸಹನೆಯೇ

ಪ್ರಗತಿ, ಸಹನೆ ಸಮೃದ್ಧವೆಂದರೆ, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅತ್ಯುನ್ನತವಾದ ಜ್ಞಾನವುಂಟು ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಬಹುದು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ : ನಾವು ವಾಹನ ಚರಿಸುತ್ತಿರುವಾಗ ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಕೇವಲ ರಸ್ತೆಯ ಮೇಲೆ ಇರಬೇಕು. ಅಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮ ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಅಸಾಧ್ಯ ಎಂದರು.

ಆಗಸ್ಟ್ 9ನೇ ದಿನ : ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 6 ಘಂಟೆಗೆ ಏಕತಾ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಎಲ್ಲಾ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಯಾರಿ ನಡೆಸುತ್ತಿರುವ ವೇಳೆಗೆ ಅಲ್ಲಿ ಒಂದು ಘಟನೆ ಸಂಭವಿಸಿತು. ವಿಜಯವಾಡ ಸೀನಿಯರ್ ಮ್ಯಾಸ್ಟರ್ ಅದಂತಹ ಚಲಪತಿರಾವ್ ರವರು ದೇಹತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದರು. ಅದು ಗೊತ್ತಾದ ತಕ್ಷಣ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಪತ್ರಿಕೆಸರ್ ಬಂದು ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಹೇಳಿದರು. "

ಇದು ಬಂಧಾತ್ಮವಲ್ಲ ಮುಕ್ತಾತ್ಮ' ಅಂದರೆ, ಈ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ ಮತ್ತೆ ಜನ್ಮವಿಲ್ಲವೆಂದು, ಈ ಆತ್ಮ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಏನೇನು ಕೆಲಸಗಳು ಮಾಡಬೇಕೋ ಎಲ್ಲವನ್ನು 100% ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ಮುಗಿಸಿದೆ ಎಂದರು. ನಂತರ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿಸಿದರು. ಆಮೇಲೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಗಂಗಾಕೀರಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ ಚಲಪತಿರಾವ್ ರವರ ದೇಹವನ್ನು ಸಂಸ್ಕಾರಕ್ಕಾಗಿ ಸಿದ್ಧಮಾಡಿದೆವು. ಪತ್ರಿಕೆ ಸರ್ ಅವರು ಅವರ ಅಭಯ ಹಸ್ತದಿಂದ ಚಲಪತಿರಾವ್ ರನ್ನು ದೇಹಕ್ಕೆ ಅಂತ್ಯಸಂಸ್ಕಾರ ಮಾಡಿದರು. ಚರಿತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಇದೇ ಮೊದಲನೆಯ ಬಾರಿ ಒಬ್ಬನು ತಿಷ್ಠನಿಗೆ ಸಂಸ್ಕಾರ ಮಾಡಿರುವುದು. ಸಾವನ್ನು ಸಹ ಒಂದು ಉತ್ಸವದ ಹಾಗೆ ನಡೆಸಬೇಕು ಎಂದು ಪತ್ರಿಕೆಸರ್ ರವರು ನಮಗೆಲ್ಲಾ ಕೇಳುವಂತೆ ತೋರಿಸಿದರು. ಅವಾದ ನಂತರ, ದ್ವಾರಹಟ್





ಕಡೆಗೆ ಎಲ್ಲರೂ ಪ್ರಯಾಣ ಬೆಳೆಸಿದವು. ಸಂಜೆಗೆ ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಿದವು. ನಂತರ ಅಲ್ಲಿಯ ರಾತ್ರಿ ಉಳಿದುಕೊಂಡೆವು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 19ನೇ ದಿನ :** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ತಿಂಡಿಯ ನಂತರ, ಮಹಾವತಾರ ಬಾಬಾಜಿರವರ ಗುಹೆಗೆ ಪ್ರಯಾಣ ಬೆಳೆಸಿದವು. 22 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಬಸ್ಸಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿ, ಅನಂತರ, 3 ಕಿಲೋಮೀಟರ್ ಟ್ರಕ್ಕಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ನಂತರ, ಮಹಾವತಾರ ಬಾಬಾಜಿಯವರ ಗುಹೆಗೆ ಸೇರಿದವು.

ಗುಹೆಯು ತುಂಬಾ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಅಲ್ಲಿ ಕೇವಲ 15 ಜನ ಮಾತ್ರ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸ್ಥಳವಿತ್ತು. ಈ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯ ಸೇತ ತುಂಬಾ ಇತ್ತು. ಇದರಿಂದ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕೂತರೆ, ವಿಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇನ್ನೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಎಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ತೆರಳುತ್ತಿರುವ ವೇಳೆಗೆ ಮಳೆಯು ತುರುವಾಗಿ ನಿಂತುಹೋಯಿತು. ಮತ್ತೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಬೆಟ್ಟದ ಕೆಳಗಿಳಿದು ದ್ವಾರಾಹಟ್ ಸೇರಿದವು. ಆಗ ಸಂಜೆಯಾಗಿತ್ತು. ಆ ದಿನ ರಾತ್ರಿ ಎಲ್ಲರೂ ಒಂದೆಡೆ ಸೇರಿದವು. ಪತ್ರಿಕೆ ಸಂಪಾದಕರು 'ಸಹನೆ' ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಸಿದರು. "ಸಹನೆಯೇ ಪ್ರಗತಿ" ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಹನೆಯೇ ತುಂಬಾ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯವಾದುದು ಎಂದು ಹೇಳಿದರು. ಆ ನಂತರ, ಎಲ್ಲಾ PYMA ಮಾಸ್ತರ್‌ಗಳು ಡ್ಯಾನ್ಸ್ ಮಾಡಲು ತುರು ಮಾಡಿದರು. ಅಮೇಲೆ ದೊಡ್ಡವರು ಸಹ ಸೇರಿ ಡ್ಯಾನ್ಸ್ ಮಾಡಿದರು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 11ನೇ ದಿನ :** ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ದೇವಾನಂದಜಿ ಆಶ್ರಮ ಮತ್ತು ಸಾಯಿಬಾಬ ದೇವಸ್ಥಾನಗಳ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ನೈನಿತಾಲ್‌ಗೆ ಹೊರಟೆವು. ಸಂಜೆಗೆ ನೈನಿತಾಲ್ ಸೇರಿದವು. ನೈನಿತಾಲ್ ಎಂದರೆ Nine + Tal = ನೈನಿತಾಲ್ ಅಂದರೆ, 9 ಕೆರೆಗಳು. ನೈನಿತಾಲ್ ಒಂದು ಹಿಲ್ ಸ್ಟೇಷನ್. ಅಲ್ಲಿಯ ಹವಾಮಾನ, ಪ್ರಕೃತಿ ಸೌಂದರ್ಯ, ನೈನಿತಾಲ್ ಮಂದಿರ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಆ ದಿನ ರಾತ್ರಿ ನೈನಿತಾಲ್‌ನಿಂದ ದೆಹಲಿಗೆ ಹೊರಟೆವು.

• **ಆಗಸ್ಟ್ 12ನೇ ದಿನ :** ನಾವು ನೈನಿತಾಲ್‌ನಿಂದ ದೆಹಲಿ ಸೇರಿದವು. ಆ ದಿನ ರಾತ್ರಿ ಪತ್ರಿಕೆ ಸಂಪಾದಕರು ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಬಹಳ ರಂಜನೀಯವಾಗಿತ್ತು. ಪತ್ರಿಕೆ

• ಸಂದೇಶದ ನಂತರ, ಮನೋರಂಜನಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಇದು ಯುನೈಟೆಡ್ ವರ್ಯೋನ್ಸ್‌ದ ಸ್ವತಃ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ವಯಸ್ಸಿನ ಬೇಧ ಮರೆತು ಎಲ್ಲರೂ ಸ್ವತಃ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು.

**ಆಗಸ್ಟ್ 13ನೇ ದಿನ :** ಬೆಳಿಗಿನಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲರೂ ಅವರವರ ಸ್ವಲ್ಪಗಲಿಗೆ ಟ್ರಕ್ಕಿಂಗ್ ನವನಿಸವುಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿರ್ಗಮಿಸಿದರು.

- ಅನಿತ, ಬೆಂಗಳೂರು.

## ಹಿಮಾಲಯ ಯಾತ್ರೆ ಅನುಭವಗಳು ಬರರೀನಾಥ್ ಮತ್ತು ಹಿಮಾಲಯದ ಅನುಭವಗಳು

ನನ್ನ ಪೆಸರು ನಿರ್ಮಲಗುಪ್ತ. ಹಿಮಾಲಯ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನ ಯುವಮಾಸರು ಸಹ ಬಂದಿದ್ದರು. ದಿಲ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಆಕ್ಷರಧಾಮ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಸಹ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಸಹ ನೋಡಲೇಬೇಕಾದ ಪ್ರದೇಶ. ಉಪಕೇಶ್‌ನಲ್ಲಿ ಪತ್ರಿಕೆಯವರ ಸಂದೇಶವು ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿತ್ತು. ಮನಸ್ಸು ಬುದ್ಧಿ ಚಿತ್ತ, ಅಹಂಕಾರ, ಹೀರೋ ವಿಲನ್ ಜೊತೆಗೆ ಹೋರಿಸಿ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿ ವಿವರಿಸಿದರು. ಬರ್ರಿನಾಥ್ ವ್ಯಾಸ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದೆವು. ಅಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಬಹಳ Energy (ಶಕ್ತಿ) ಇದೆ. ಗೋವಿಂದ ಫಾಟ್‌ನಿಂದ ಗಂಗಾರಿಯಾಕ್ಕೆ 14 ಕಿ.ಮೀ. ಕುದುರೆ ಮೇಲೆ ಹೋಗಿ ಬಂದೆವು. ಪ್ರಕೃತಿ ಬಹಳ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಬೆಟ್ಟಗಳು, ನದಿಗಳು, ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಪತ್ರಿಕೆಸಾರ್‌ರವರು ಹೆಚ್ಚಿಹೆಚ್ಚಿಗೂ ಎಲ್ಲರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ವಿಚಾರಿಸಿದರು. ಗಂಗಾರಿಯಾದಿಂದ Valley of Flowers 3-4 ಕಿ.ಮೀ ನಡೆದು ಹೋಗಿರುತ್ತೇವೆ. ಇದುವರೆಗೂ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಟ್ರಕ್ಕಿಂಗ್ ಮಾಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದೇ ಮೊದಲ ಬಾರಿ, ಆದರೆ, ಬಹಳ ಸುಸ್ವಾಗಿದ್ದರೂ ಸಹ ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಪತ್ರಿಕಾರ್ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹೋದೆವು. ಪ್ರಕೃತಿಯು ಸಹ ನಾವು ಹೊರಟಾಗ ಬಹಳ ಸಹಕರಿಸಿದಳು. ದ್ವಾರಫಾಟ್‌ನಿಂದ 22 ಕಿ.ಮೀ. ಬಸ್ ಪ್ರಯಾಣ ಅನಂತರ, 3 ಕಿ.ಮೀ. ನಡೆದು ಬೆಟ್ಟ ಗುಹೆಗಳನ್ನು ಹತ್ತುತ್ತಾ, ಆ ಮಹಾವತಾರ ಬಾಬಾಜಿ ಗುಹೆಗೆ ಸೇರಿಕೊಂಡೆವು. ಅಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿದೆವು. ಅಲ್ಲಿಯೂ ಬಹಳ ಶಕ್ತಿ (Energy) ಇದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಾನು ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡೆನು. ನಾನು ಎಂದೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿರಲಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ದರ್ಶನವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಒಳ್ಳೆಯ ಸಂದೇಶ ನೀಡಬೇಕೆಂದು ಕೇಳಿದೆನು. ಆಕಾರವು ಕಾಣಿಸುತ್ತಾ ಕಾಂಕ್ಷೆಯ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಾಬಾರವರು ದರ್ಶನ ಕೊಟ್ಟರು. ನಾನು ಎಂದು ಇಷ್ಟು ದೂರ ನಡೆದವಳಲ್ಲ. ಟ್ರಕ್ಕಿಂಗ್ ಸಹ ನಾನು ಮಾಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಮನೆಯಲ್ಲಾಗಲಿ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಾಗಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಮೆಟ್ಟಿಲು ಹತ್ತಿದರೂ ಸಹ ಆಯಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಯಾವ





ಪ್ರಯಾಣವು ಇಲ್ಲದೆ, ಧ್ಯಾನ ಯಾತ್ರೆಯು ದಿಗ್ವಿಜಯದಿಂದ ನಡೆಯಿತು. ಇಂತಹ ಇಷ್ಟು ಘನ ವಿಜಯ ಯಾತ್ರೆಯು ಪೂರ್ವಿಯಾಗಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಕೊಟ್ಟಂತಹ ಪತ್ರಿಕೆ ಪರದೆಯಿಗೆ ನನ್ನ ಹತಕೋಟಿ ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

### ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಅನುಭವಗಳು

**ವ್ಯಾಲಿ ಆಫ್ ಫ್ಲವರ್ಸ್:**

ನನ್ನ ಹೆಸರು ಅನಿತ. ನಾನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುವಾಗ ಸರ್ ಓಮಾಲಯದ ಎತ್ತರ ಬೆಳೆದು ಆಕಾಶ ಟಿಪ್ ಆಗುತ್ತಾ ಇದ್ದರು. ಆಗ ಎಲ್ಲಾ ಬೆಟ್ಟಗಳು, ಗಿಡ, ಮರ, ಹೂವು, ನದಿ ನೀರು ಎಲ್ಲಾ ಬಗ್ಗೆ ಅವರ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಎನರ್ಜಿ ಸುರಿಯುತ್ತಾ ಇದೆ. ಸರ್ ಕೆಳಗೆ ನಾನು ನಿಂತಿದ್ದೇನೆ. ಸರ್ ಕಾಲಿನಿಂದ ಎನರ್ಜಿ ನನ್ನ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತಾ ಇದೆ. ನನ್ನ ಕೆಳಗೆ ಎಲ್ಲಾ ವಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಒಬ್ಬರ ಕೆಳಗೆ ಒಬ್ಬರು ಡೈನ್ ತರಹ ನಿಂತಿದ್ದಾನೆ. ಎನರ್ಜಿ ಒಬ್ಬರಿಂದ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಪಾಸ್ ಆಗಿ ಕೊನೆಗೆ ಅದು ಪ್ರಪಂಚವೆಲ್ಲಾ ಹರಡಿ "ಪ್ರತಿ ಗಿಡ ಮರ ಬೆಟ್ಟ ಎಲ್ಲಾ ಮುಂದೆ ಮಾನವ ಜನ್ಮ ತಾಳುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವೇ ಇರುವವರು ಧ್ಯಾನಿಗಳಾಗುತ್ತಾರೆ" ಎಂದು ಸರ್ ಹೇಳಿದರು.



ಪತ್ರಿಕೆ ವಾಮನ ರೂಪ ತಾಳಿ ಆಕಾಶವನ್ನು ಭೆತ್ತಿ ತರಹ ಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಅವರ ಕೆಳಗೆ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಇದ್ದೇವೆ. ಅವರನ್ನೆಲ್ಲಾ ನಾನು ಕಾಪಾಡ್ತೀನಿ ಅಂತ ಸರ್ ಹೇಳಿದರು. ಓಮಾಲಯದಲ್ಲಿರೋ ಯೋಗಿಗಳು ಯುಗ್ಮಗಳು ಎಲ್ಲಾ ಸರ್ ದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಎಚ್ಚೋ ದರ್ಶನಗಳಿಂದ ಕಾದಿದ್ದರು. ಸರ್ ದರ್ಶನದಿಂದ ಅವರಿಗೆ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಜನ್ಮ ಸಾರ್ಥಕವಾಯಿತು. ಎಲ್ಲಾ ವಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗೂ ಇದು ಕೊನೆಯ ಜನ್ಮ ಅಂತ ಹೇಳಿದರು.

**ಗಂಗಾ ಮೆಸೇಜ್:**

ಗಂಗಾ ನದಿಯಿಂದ ಈ ರೀತಿ ಮೆಸೇಜ್ ಬಂದಿದೆ. ನಾನು ಓಮಾಲಯದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಹರಿದು ದೇಶವೆಲ್ಲಾ ಹರಿಯುತ್ತೇನೆ. ಆಗ ಹರಿಯುವಾಗ ಓಮಾಲಯದ ಎನರ್ಜಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ದೇಶವೆಲ್ಲಾ ಹರಡುತ್ತೇನೆ. ಆದರೆ, ಜನ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ಮಾಲಿನ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಾ ಅವರ ಕಷ್ಟಗಳನ್ನು ಅದರೇ ತಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಇದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ, ಪ್ರಳಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಾನು ಉಗ್ರವಾಗಿ ರುದ್ರ ತಾಂಡವ ನರ್ತನ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಗಂಗೆ ಹೇಳಿದಳು. ಹಾಗೆ ಮಾಡಬೇಡ ತುಂಬಾ ಜನ ಸಾಯುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಕ್ಕೆ ಅನುಷ್ಠಾನ ಭರ್ಮ. ಅಭರ್ಮ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಎನಾಶ ಆಗಬೇಡೆಂದು. ಭರ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾಪನೆ ಆಗಿ ಮುಂದಿನ ಸತ್ಯ ಯುಗ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ನಾನು ಜ್ಞಾನ ಗಂಗೆಯಾಗಿ ಹರಿದು ಅವರನ್ನೆಲ್ಲಾ ಕಾಪಾಡುತ್ತೇನೆ ಎಂದು ಗಂಗಾ ನದಿ ಹೇಳಿದಳು.

**ಮಹಾವತಾರ್ ಬಾಲಾ ಗುಹೆ:**

ಪತ್ರಿಕೆ ಪರದೆಗೆ ಸ್ವಾಗತ ಹೇಳಲು ಹೂವುಗಳೆಲ್ಲಾ ಮೇಲಿಂದ ಉದುರಿ 2 ಕಡೆನೂ ಹರಡಿ ಮಧ್ಯೆ ಸಾರ್‌ಗೆ ಹೋಗಲು ದಾರಿ ಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಅದೇ ತರಹ ಅಲ್ಲಿರುವ ಹೂವುಗಳೆಲ್ಲಾ ಬಂದು 2 ಕಡೆ ಅಲಂಕರಿಸಿ ಜೋಡಿಸಿ ನಿಂತಿದೆ. ಅಲ್ಲಿರುವ ನವಿಲುಗಳೆಲ್ಲಾ ಗರಿ ಬಿಟ್ಟು ನೃತ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಾ ಗ್ರೇಟ್ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗೆ ಸ್ವಾಗತ ಹೇಳಿದೆ. ಸದಾಸಂಜೆ ಯೋಗಿಗಳು ಕೋಶಲನ್ನು ಉದುತ್ತಾ ಅಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದರು. ಗುರುಗಳು ವೀರಭದ್ರೇಂದ್ರ ಸ್ವಾಮಿಗಳು ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಯುಗ್ಮ ಮುನಿಗಳು, ವಿಳನೇ ಮತ್ತು 11ನೇ ಡೈಮೆನಷನ್‌ನಿಂದ ಅನೇಕ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಬಂದು ಅಲ್ಲಿ ನಿಂತರು. ಪೈಯಿಂಗ್ ಸಾಸರ್ ತರಹ ಆಕಾಶದಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಇಳಿದು, ಆದರಿಂದ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ಮಾನವರು ಬಂದು ಇಳಿದು ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಿದರು. ರೆಕ್ಕೆ ಇರುವ ಮನುಷ್ಯರು ಬಂದು ಸೇರಿದರು. ಇವರೆಲ್ಲಾ ಪತ್ರಿಕೆ ಬರುವರೆಂದು ಸ್ವಾಗತ ಕೋರಲು ಅಲ್ಲಿ ಸೇರಿದವರು.

ಸರ್ ಗವಿಯ ಹತ್ತಿರ ಬರುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಆಕಾಶದಿಂದ ಕೆಂಪು ಗುಲಾಬಿಗಳು ಉದುರಿ ಸುಸ್ವಾಗತ ಎನ್ನುವ ಅಕ್ಷರಗಳ ಹಾಗೆ ಜೋಡಿಸಿಕೊಂಡು ಆಗ ಪತ್ರಿಕೆ ಪರದಾ ಬಂದಾಗ ಮಹಾವತಾರ್ ಬಾಲಾ ಬಂದು ಸ್ವಾಗತ ಹೇಳಿ, ನೀವು "ವಿಶ್ವ ವಿಖ್ಯಾತ ಧ್ಯಾನ ಶಿಲ್ಪಿ" ಎಂದು ಸಾರ್‌ಗೆ ಗೌರವ ನೀಡಿ ಗುಹೆಗೆ ಆಹ್ವಾನಿಸಿದರು. ಆ ಬೆಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕೃತಿ ತುಂಬಾ ಎನರ್ಜಿ ಹರಿಯುತ್ತಾ ಇತ್ತು. ಬಂದವರಿಗಲ್ಲಾ ಎನರ್ಜಿ ತರೀರದಲ್ಲಿ ತುಂಬಿದೆ.

ನಾನು ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಗುಹೆಯ ಮೇಲಿಂದ ಸಣ್ಣಗೆ ಹನಿಗಳು ಉದುರಿ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ಬಿದ್ದವು. ಅದು ತರೀರದಲ್ಲಿ ಜೀರಿವಾಗ ನೀನು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾದುದನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತೀಯಾ ಎಂದು, ಬೇಕಾದುದನ್ನು ಸಾಧಿಸುವೆ ಎಂದು ಬಾಲಾ ಆಶೀರ್ವಾದ ಮಾಡಿದರು.

ನನಗೆ ಬಾಲಾ ದರ್ಶನ ಬೇಕೆಂದಾಗ, ಮೊದಲು ನನ್ನ ಮುಂದೆ ಬಾಲಾರವರ ಪಾದಗಳು ದೊಡ್ಡದಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿದವು. ಸಂತೋಷದಿಂದ ತಲೆ ಎತ್ತಿ ನೋಡಿದರೆ, ಬಾಲಾರವರು ಗುಹೆಯ ಟಾಪ್ ಒಡೆದು ಆಕಾಶದವರೆಗೂ ನಿಂತಿದ್ದರು.

ಆಡೆ ಅವರು 16 ದಿವಸದಲ್ಲಿ ನಿನಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಎಕ್ಸ್‌ಪೀರಿಯನ್ಸ್ ಆಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

- ಅನಿತ, ಗೌರವದೊಡನೆ



ನನ್ನ ಹೆಸರು ಉಷ. ನಾನು ಪತ್ರಿಕೆ ಪರದೆ ಜೊತೆ ಓಮಾಲಯ ಟೂರ್ ಹೋಗಿದ್ದೆ. ಸರ್ ಜೊತೆ ಇರುವ ಪತ್ರಿಕೆಗೂವನ್ನು ಅನಂದವಾಗಿ ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅದನ್ನು ಮಾತುಗಳಲ್ಲಿ ಹೇಳಲು ಅಸಾಧ್ಯ. ನನಗೆ ಈ ಟ್ರಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅನುಭವ ಆಗಿದೆ. ಅದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ. ಈ ಟ್ರಿಪ್‌ನಲ್ಲಿ ನಾವು ಎಲ್ಲರೂ

ಮಹಾವತಾರ್ ಬಾಬಾಜಿ ಬೆಟ್ಟಕ್ಕೆ ಹೋದವು. ಅಂದರೆ, ಬಾಬಾಜಿ ಇಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿರುವ ಸ್ಥಳ. ಅಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತವು. ನಾನು ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ಮುಂಚೆ ಅಂದುಕೊಂಡೆ, ಬಾಬಾಜಿ ನೀವು ಇಲ್ಲೇ ಇದ್ದೀರಾ ಎಂದು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದರೆ, ನೀವು ನನಗೆ ಯಾವ ರೂಪದಲ್ಲಾದರೂ ಬಂದು, ಒಂದು ಅನುಭವ ಕೊಡಿ ಎಂದು ಕೊಂಡೆ. ನಾನು ಬೆನ್ನಾಗಿ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿದ್ದೆ. Body Full Movement ಆಗುತ್ತಾ ಇದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ಸಮಯದ ನಂತರ, ನನ್ನ ಹೊಟ್ಟೆ ಭಾಗದ ಸ್ವಲ್ಪ ಮೇಲೆ ಬಲದಿಂದ ಎಡಕ್ಕೆ ಸವರಿದಂತಾಯಿತು. ಆಗ ನನಗೆ ಬಾಬಾಜಿಯೇ ಇಲ್ಲಿ ಬಂದಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಅನುಭವ ಆಯಿತು. ಆ ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತುವಾಗ ಎಷ್ಟೋ ಆನಂದ ಮತ್ತು ಹಿಮಾಲಯದ ಪ್ರಕೃತಿ ಸೌಂದರ್ಯ, ತುಂಬಿ ಹರಿಯುವ ನದಿಗಳು ಎಲ್ಲವೂ ನೋಡುತ್ತಾ ನಮ್ಮ ವಿಹಾರ ಯಾತ್ರೆಯನ್ನು ಆನಂದದಿಂದ ಅನುಭವಿಸಿದೆವು.

- ಡೈ. ಎಸ್. ಉಷಾ, ಗೌರಿಬಿದನೂರು.

### ಹಿಮಾಲಯ ಟ್ರಕ್ಕಿಂಗ್ ಸಲ್ಲಿಸಿ ಅನುಭವ

ನನ್ನ ಹೆಸರು ಜಿ.ವಿ. ಮಾಲಿನಿ. ನಮ್ಮ ಊರು ಗೌರಿಬಿದನೂರು. ನಾನು ಸುಮಾರು 3 ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುತ್ತೇನೆ.



ನನಗೆ ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೂ ಹಿಮಾಲಯ ಹರ್ಷತವನ್ನು ನೋಡುವ ಹಂಬಲವಿತ್ತು. ಹಿಮಾಲಯದ ಮಹಾತ್ಮರ ಸನ್ನಿಧಿಯಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ "ಯೋಗಿಯ ಆತ್ಮಕ್ಕೆ" ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿದ ನಂತರ, ಆ ಆಸೆ ಇನ್ನೂ ತೀವ್ರವಾಯಿತು.

ಹಿಮಾಲಯ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಿದ್ದೆ. ಅದರೆ, ಅಲ್ಲಿನ ನದಿಗಳು, ಹರ್ಷತ ಶ್ರೇಣಿಗಳು ಮೋಡಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ನೋಡುತ್ತಾ ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಮರೆತೆ. ಆದರೂ, ಸಮಯ ದೊರೆತಾಗ ಕಣ್ಣು ಕುಳಿತಾಗಲಿಲ್ಲ ತತ್ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ Third Eye Visions ಆನೇಕ ಅನುಭವಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿ ಅಧಿಕ ಮಟ್ಟದ ಎನರ್ಜಿ ಲೆವೆಲ್ ಇದೆ ಎಂಬುದು ಗೊತ್ತಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ಬದ್ರಿನಾಥ್‌ನಲ್ಲಿ Oxygenನ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಸ್ವಲ್ಪ ನಡೆದರೂ ಆಯಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಬದ್ರಿನಾರಾಯಣನ ದರ್ಶನದ ನಂತರ, ದೇವಸ್ಥಾನದ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತಾಗ ನನಗೆ ಆನೇಕ Astral Master ದರ್ಶನದ ಭಾಗ್ಯ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಜೊತೆಗೆ ಪತ್ರಿಕೆ ಸರ್ ಅವರ ದರ್ಶನವು ಆದಾಗ ನನಗಾದ ಆನಂದ ಹೇಳಲಾರದು.

ಮರುದಿನ Valley of Flowers ಹೋಗುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಿತ್ತು. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಕುದುರೆಯ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಹೋಗಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಆದರೂ, ನನಗೆ ನಡೆಯಲೇಬೇಕು ಎನ್ನುವ ಛಲವಿತ್ತು. ಅದೇ ದಿನ ಸಂಜೆ ಪತ್ರಿಕೆ ಸರ್ ಅವರು ಸತ್ಸಂಗದಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾ "Trekking" ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟವೇ. ಆದರೆ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಗಳಲ್ಲದವರಿಗೆ

ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಫ್ಯಾನ್ ಕೆಳಗೆ ಕುಳಿತು ಕೊಳ್ಳುವುದೂ ಕಷ್ಟವೇ. ಈ ಮಾತು ಕೇಳಿ ನನಗೆ ನಡೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತೇನೆಂಬ ಪೂರ್ಣ ವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿತು. ಜೊತೆಗೆ ಸ್ನೇಹಿತ ಗೌರಮ್ಮನವರು ನನ್ನ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದದ್ದು ವಿಶೇಷ ಅನುಭವಕ್ಕೆ ದಾರಿಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿತು. ಒಟ್ಟಾರೆ, ಹಿಮಾಲಯ ಪರ್ವತ Trekking ನಲ್ಲಿ ಪತ್ರಿಕೆ ಸರ್ ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರುವಿಕೆಂಬ ನನ್ನ ಕನಸು ನನಸಾಗಿದಲ್ಲದೆ, ನನಗೆ/ನನ್ನಂಥವರಿಗೆ ಅದ್ಭುತವಾದ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಚಾರಗಳು ಪತ್ರಿಕೆ ಸರ್ ಅವರಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿದೆ. ನನಗೆ ನನ್ನ ಜೀವನದ ಬಗ್ಗೆ ಧನ್ಯತೆಯ ಭಾವನೆ ಮೂಡಿತು.

ಇಂತಹ ವಿಶೇಷ ಮರೆಯಲಾಗದ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟ ಎಲ್ಲ ಮಾಸ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೂ ಧನ್ಯವಾದಗಳು, ಅಭಿನಂದನೆಗಳು

ಮಾಲಿನಿ ಜಿ.ವಿ. ಗೌರಿಬಿದನೂರು

### "ಹಿಮಾಲಯದ ಅಂದವು ವರ್ಣನಾತೀತ"

ನನ್ನ ಹೆಸರು ಅನಿತ. ಹಿಮಾಲಯ ಧ್ಯಾನ ಯಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದು ನನ್ನ ಆದ್ಯಪ್ರವೇಶ ಭಾವಿಸುತ್ತೇನೆ. ಬದ್ರಿನಾಥ್‌ಗೆ ಹೋಗುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಟ್ಟಗಳು ಪ್ರಕೃತಿ ಸೌಂದರ್ಯದ, ಜಲಪಾತಗಳು, ನೋಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಯಾವುದೋ ಚಿರ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ಎನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಒಂದು ಕಡೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದಾಗ ನನ್ನ ಒಳಗಿಂದ ಒಂದು ಶರೀರವು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ಪಕ್ಕಿಯಂತೆ ಹಾರುತ್ತಾ ಹೋಗಿ ನೆಟ್ಟಗಿರುವ ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸಿ, ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತಾ ಪುನಃ ನನ್ನ ಶರೀರಕ್ಕೆ ಒಂದು ಸೇರಿಕೊಂಡಿತು. ಈ ಅನುಭವ ಬಹಳ ಸಾಹಸಮಯವಾಗಿತ್ತು. ಗಂಗಾತೀರಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ 14 ಕಿ.ಮೀ. ನಡೆದುಹೋಗುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಒಂದು ತರಹದ ಶಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ಎನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಈ 12 ದಿವಸಗಳು ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಐದು ದಿವಸಗಳು ನಾನು ಉಟವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲ ನೀರು ಸಹ ದಿವಸ ಪೂರ್ವಾ ಅರ್ಧ ಲೀಟರ್‌ನಂತೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡೆನು. ಆದರೂ, ಕಷ್ಟವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆದೆನು. ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಅದ್ಭುತವಾದ ಶಕ್ತಿ ಇದ್ದದ್ದನ್ನೆ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಯಾವಾಗ ಇರುತ್ತೇವೆಯೋ ಆಶ್ಚರ್ಯವು ನಾವು ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಇದೇ ನಿದರ್ಶನ. ವ್ಯಾಪಿ ಅಥ್ ಫೈರ್‌ನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸುಮಾರು ಆ ಜಾಗವೆಲ್ಲಾ ಹೊವಿನಿಂದ ಕೂಡಿರುವ ಹಾಗೆ ಕಾಣಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ದೃಷ್ಟಾಂತದಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿಯು ಪ್ರತಿ ಹೊವಿನ ಬಳಿಯು ಕಾಣಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಅಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹೊಗಳು 'ಪತ್ರಿಕಾರ್' ರವರ ಬರುವಿಕೆಗಾಗಿ, ತಮ್ಮ ಬಿಡುಗಡೆಗೋಸ್ಕರ ಕಾಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಅಲ್ಲಿ ಸುತ್ತ ಇರುವ ಹಿಮಾಲಯದ ಅಂದವನ್ನು ವರ್ಣಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬಹಳ ಅದ್ಭುತವಾಗಿದೆ. 'ಮಹಾವತಾರ್ ಬಾಬಾಜಿ' ಯವರ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವಾಗ ಮಹಾವತಾರ್ ಬಾಬಾಜಿಯವರು ನೆಟ್ಟಗೆ ನಿಂತಿರುವ ಹಾಗೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡರು. ಅವರ ಶರೀರವು ಒಟ್ಟಾರೆ ಒಂದು ಕಾಂತಿಯ ಹಾಗೆ ಉರಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಆ ಗುಹೆಯೆಲ್ಲಾ ಕಾಂತಿ ವಲಯದಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಆ ಸ್ಥಳವು ಅದ್ಭುತವಾದ ಶಕ್ತಿಯ ವಲಯಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ.

ಅನಿತ, ಬೆಂಗಳೂರು.



# ಮೆದುಳಿನಲ್ಲಿ ಬೀಟಾ ತರಂಗಗಳು

‘ಮೆದುಳು’ ಎಂಬುವುದು ಒಂದು ವಿದ್ಯುತ್ ರಾಸಾಯನಿಕ ಅಂಗ.

ನಮ್ಮ ಪಂಚ ಭ್ರೂಣೇಂದ್ರಿಯಗಳಾಗಿರುವ ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ನಾಲಿಗೆ, ಮೂಗು, ಮತ್ತು ಚರ್ಮ ಇವುಗಳಿಂದ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣ ಮೆದುಳಿಗೆ ಸಮಾಚಾರ ಹೋಗಿ ಅಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಕೇವಲ ಕಣ್ಣುಗಳಿಂದ 85% ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸಮಾಚಾರ ಮೆದುಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಲು ನಾವು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗ ಉಳಿದ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಕಟ್ಟಹಾಕಿ, ಇವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸದೇ ಇರುವುದರಿಂದ, ಇವುಗಳಿಂದ ಯಾವ ತರಹದ ಸಮಾಚಾರ ಮೆದುಳಿಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ, ಮೆದುಳಿನ ಕೆಲಸದ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಮೆದುಳು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

## “ಬೀಟಾ ತರಂಗಗಳು”

ಮೆದುಳಿನಿಂದ ... ‘ಆಲ್ಫಾ’, ‘ಬೀಟಾ’, ‘ತೀಟಾ’ ಮತ್ತು ಡೆಲ್ಟಾ ಎಂಬುವ ನಾಲ್ಕು ತರಹದ ತರಂಗಗಳು ಹೊರಗೆ ಬರುತ್ತವೆ. ನಾವು ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವಾಗ ಮೆದುಳಿನಿಂದ ‘ಬೀಟಾ’ ತರಂಗಗಳು 30Hz frequency ಯಲ್ಲಿ ಹೊರಬರುತ್ತವೆ.

ಯಾವಾಗ ನಾವು ಸಮಾಚಾರಗಳನ್ನು ಮೆದುಳಿಗೆ ಹೋಗಲು ಬಡದೆ ಚಾಗ್ರತೆ ಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೋ, ಅಲ್ಲಿಯ ತನಕ 30 ‘ಬೀಟಾ’ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡಿರುವ ನಮ್ಮ ಮೆದುಳು ಇನ್ನು ತನ್ನ ತರಂಗಗಳ ಸಾಂದ್ರತೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವಾಗಿ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ, ಒಂದು ಸೆಕೆಂಡಿಗೆ 4 Hz ‘ತೀಟಾ’ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುವ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ನಾವು ಆರೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಈ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ತಲುಪಿದ ತಕ್ಷಣ ಮುಚ್ಚಿರುವ ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದರೆ ಒಂದೇ ಸಲ ಪೈಪಿನಲ್ಲಿ ನೀರು ಹೊಗೆ ಕೊಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೋ.. ಹಾಗೆಯೇ ವಿಶ್ರಮಯ ಪ್ರಾಣಾತ್ಮಕ ಸಹಿತಾ ನಮ್ಮ ‘ಬ್ರಹ್ಮರಂಧ್ರ’ ದಿಂದ ನಮ್ಮ ಒಳಗೆ ಪ್ರವಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಆರೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೊಂದಲು, ನಮ್ಮ ಮತ್ತೆ ಇರುವ ಅತಿ ರಕ್ತವಂತವಾಗಿರುವ ‘ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಎನರ್ಜಿ ಫೀಲ್ಡ್’ ಎಂಬ ಒಂದು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತ. ಅದು ಒಂದು ರಸಾಯನಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ರಿಯಾಕ್ಟನ್ ವೇಗವಾಗಿ ಆಗಲು ಕ್ಯಾಟಲಿಸ್ಟ್‌ನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿದ ಹಾಗೆ ಇರುತ್ತದೆ!

ಒಂದು ಭೂತ ಕನ್ನಡಿ ಹೀಗೆ ಸೌರಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕೃತ ಮಾಡುತ್ತದೋ ... ಆ ಆಸ್ತ ಸಹಿತ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆ ಆಸ್ತದ ಹೆಸರೇ... ಪಿರಮಿಡ್ !

-ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ: ಪುಷ್ಪಮೋಹನ್, ಬೆಂಗಳೂರು

## ಪಿರಮಿಡ್ ಅದ್ಭುತ ಶಕ್ತಿ !

‘ಪಿರಮಿಡ್’ ಎಂಬುವುದು ನಾಲ್ಕು ಮುಖಗಳು 51 ಡಿಗ್ರಿ, 52 ನಿಮಿಷಗಳು ಕೋನವಿರುವ ಆಗಿರುವ ಒಂದು ನಿರ್ಮಾಣ. ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳ ತಯಾರಿನಲ್ಲಿ ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಈ ಕೋನವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಇಡುವುದು ಹುಂಟಾ ಹುಂಟಾ ಅದ್ಭುತ.

ಪಿರಮಿಡ್‌ನ ಆಕಾರ (ಕೋನ) + ಭೂ ಅಯಸ್ಕಾಂತ ಕ್ಷೇತ್ರದಿಂದ ಪಿರಮಿಡ್ ಒಂದು ಅದ್ಭುತ ಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರವಾಗುತ್ತದೆ. ಪಿರಮಿಡ್‌ನ ನಿಪುಣತೆ ಅದರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲೇ ಇದೆ.

ಪೈರಮಿಡ್ = ‘ಆಗ್ನಿ ಅಥವಾ ಶಕ್ತಿ’  
‘ಆಮಿಡ್’ = ‘ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ’  
‘ರಮಿಡ್’ = ‘ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ ಶಕ್ತಿ’



ಪಿರಮಿಡ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೂಲದಿಂದ 1/3 ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಎನರ್ಜಿ ಕೇಂದ್ರೀಕೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಳವನ್ನು ‘ಕಿಂಗ್ಸ್ ಚೇಂಬರ್’ ಅನ್ನುತ್ತವೆ. ಈ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ, ಧ್ಯಾನದ ಅನುಭವಗಳು ಅದ್ಭುತವಾಗಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಪಿರಮಿಡ್‌ಗೆ ಕೋನದ ಜೊತೆ ಅವುಗಳ ತಯಾರಿಗೆ ಒಳಸಲ್ಪಟ್ಟ ಮೆಟೀರಿಯಲ್, ಅದರಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿರುವ ಕ್ರಿಸ್ಟಲ್ಸ್... ಸ್ಥಳಿಕಗಳು ಇವುಗಳಿಂದ ಅಧಿಕ ಶಕ್ತಿ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಕ್ರಿಸ್ಟಲ್ಸ್ ಎಂಬುವವು ಎನರ್ಜಿ ಇಸರೇಟರ್ಸ್ ಅವು ಧ್ಯಾನಾನುಭವಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ಅಲ್ಲದೇ ಸ್ವಸ್ವತ್ತಾ ಪಕ್ಷಿಗಾಗಿ ಸಹಿತಾ ಹುಂಟಾ ಉಪಯೋಗ ವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ, ನಾವು ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳ ನಿರ್ಮಾಣದಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಸ್ಟಲ್ಸ್ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳು ಉತ್ತರಕ್ಕೆ ಸರಿಹೊಂದಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು. ಪಿರಮಿಡ್‌ಗಳನ್ನು ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾಗಿ, ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳುವಾಗ ನಿಪುಣರನ್ನು ಭೇಟಿ ಆದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

-ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ: ಪುಷ್ಪಮೋಹನ್, ಬೆಂಗಳೂರು.

# ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳೆಲ್ಲರಿಗೂ

ಭಾರತ ರಾಷ್ಟ್ರಪತಿ

ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧಿ

ಧೀರಶ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಅಚರಿಸಲು, ಒಬ್ಬ ಪ್ರಜೆಯು ತನ್ನ ನಿತ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಏನನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು?... ಅಂದರೆ, ಯಾವ ಕನಿಷ್ಠ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಾಲಿಸಬೇಕು?

ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಅಹಿಂಸಾ ಪ್ರಜ್ಞೆ ತಿಳಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಬ್ಬ ಪ್ರಜೆಗೆ ಕನಿಷ್ಠ ಆಗತ್ಯತೆ ಏನೆಂದರೆ, ಮೊದಲಿಗೆ, ಹೇಡಿಯಂತೆ, ಅವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಆಲೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಬಿಡಬೇಕು. ಮತ್ತು, ಸ್ವಲ್ಪ ಮನಸ್ಸು ಹೊಂದಿ, ತನ್ನ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಯಾವುದೇ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ, ಅಂದರೆ, ಅದು ಚಿಕ್ಕದಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ದೊಡ್ಡದಾಗಿರಲಿ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೆಲಸದಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಆತನ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಅನುಯಾಯಿ ಆಗಿರುವವನು, ತನ್ನ ಮೇಲಿರುವವನಿಂದ ತಾನು ಪಾಲಿಸಲ್ಪಡುವುದನ್ನು, ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕೋಪಗೊಳ್ಳಬೇಕು, ವಿರೋಧಿಸಬೇಕು. ಎಷ್ಟೇ ಆದಾಯ ತರುವಂಥಹ ಹುದ್ದೆಯಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಆತನು ಅಂತಹ ಹುದ್ದೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಲು ಸಿದ್ಧನಿರಬೇಕು. ತನ್ನದನ್ನು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತ್ಯಜಿಸುವಾಗ, ಉದ್ಯೋಗದಾತನ ಮೇಲೆ ಆ ಅನುಯಾಯಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ವೈಮನಸ್ಸು ಇರಬಾರದು ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞಾ ಪೂರ್ವಕವಾದ ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಅಸಂತೋಷವೂ ಸಹ ಇರಬಾರದು. ಇದೇ ಆತನಲ್ಲಿರುವ ಧೀರತನದ ಅಹಿಂಸೆ ಆಗಿದೆ.

ಸಹ-ಪ್ರಯಾಣಿಕನೊಬ್ಬ ನನ್ನ ಮಗನಿಗೆ ತೊಂದರೆ ನೀಡಿ, ಬೆಪರಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ನಂತರ, ನನ್ನ ಮೇಲೆ ಅಕ್ರಮಣ ನಡೆಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಆತನ ವಿರುದ್ಧ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಕಿಟ್ಟು ಆಲೋಚನೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸದೆ, ಆತನ ಹೊಡೆತವನ್ನು ಗೌರವಯುತವಾಗಿ, ಸಾವಧಾನವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ ಎಂಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗ ನಾನು ಧೀರತನದ ಅಹಿಂಸೆಯನ್ನು ಪ್ರಕಟಪಡಿಸಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಇಂತಹ ಘಟನೆಗಳು ದಿನನಿತ್ಯ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ ಅಲ್ಲದೆ, ಸುಲಭವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಹೊಡೆತಕ್ಕೆ ಮರು ಹೊಡೆತವನ್ನು ನೀಡಲು ಸಮರ್ಥನಿದ್ದರೂ ಸಹ, ಆತನಿಗೆ ಹೊಡೆಯದೆ ಸುಮ್ಮನಿರುತ್ತಾ

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಬಾರಿಯೂ ಸಹ ನನ್ನ ತಾಳ್ಮೆಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾನು ಸಮರ್ಥನಾದರೆ, ಧೀರತನದ ಅಹಿಂಸೆಯನ್ನು ನಾನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಇಂತಹ ಅಹಿಂಸೆಯಿಂದ, ಬಹುತೇಕ ಹಠಕ್ಕೆಡೆಗೊಳಿಸಿದ ಮಾನವತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ನಾನು ಎಂದಿಗೂ ವಿಫಲನಾಗುವುದಿಲ್ಲ.



## ಸಸ್ಯಾಹಾರಿ ಜೀವನ ಕ್ರಮ

ಮನುಷ್ಯನು ನೀರು ಮತ್ತು ಗಾಳಿ ಇಲ್ಲದೆ ಬದುಕುವುದು ಕಷ್ಟಕರ ಎಂಬುದು ನಿಜ. ಆದರೂ, ಆತನ ದೇಹವನ್ನು ಸುಪ್ತಪ್ರೀತಗೊಳಿಸುವುದು ಆಹಾರ ಮಾತ್ರವೇ. ಆದುದರಿಂದ, 'ಆಹಾರವೇ ಜೀವ' ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆ ಇದೆ.

ಭೌತಿಕಶಾಸ್ತ್ರ ಮತ್ತು ತಾರೀರಿಕ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳೆರಡೂ ಸಹ ಸಾಕ್ಷ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸಿರುವಂತೆ, ಸಸ್ಯಾಹಾರವೇ ಮಾನವನಿಗೆ ಶ್ರೇಯಸ್ಕರ ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವ ವಾದಗಳು ಪ್ರಬಲಗೊಂಡಿವೆ ಮಾನವನು ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಯಾಗಿಯೇ ಬದುಕಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರಕೃತಿಯು ನಿಯಮಿಸಿದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯಲು, ಮಾನವನ ಹಲ್ಲುಗಳು, ಹೊಟ್ಟೆ, ಕರುಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ವಿನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಸಸ್ಯಾಹಾರ ಎಂದರೆ, ದ್ವಿವಳ ಮತ್ತು ಏಕವಳ ಧಾನ್ಯಗಳು, ತಿನ್ನಬಹುದಾದ ಗೆಡ್ಡೆ-ಗೊಸುಗಳು ಮತ್ತು ಸೊಪ್ಪುಗಳು, ಅಲ್ಲದೆ, ತಾಜಾ ಅಥವಾ ಒಣಗಿದ ಹಣ್ಣುಗಳೂ ಸಹ ಸಸ್ಯಾಹಾರವೇ ಆಗಿದೆ.

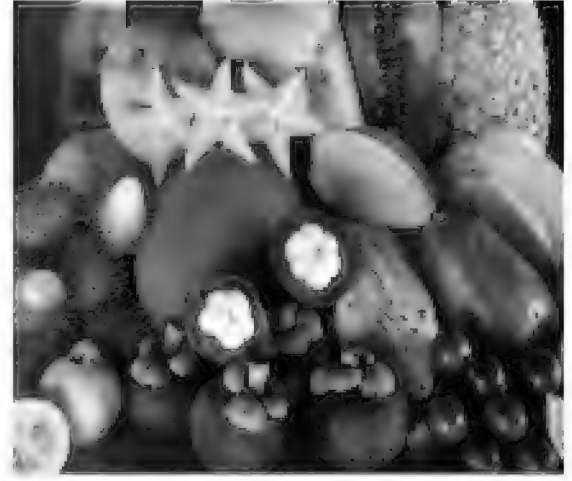


ಬೀಜಗಳುಳ್ಳಲ್ಲಿ, ಬಾದಾಮಿ, ಅಕ್ಕಿ, ಅಡುಗೆ ಮತ್ತು  
ಪಿಷ್ಟಾ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಸೇರಿವೆ.

ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಹ ತುಪ್ಪ ಸಸ್ಯಾಹಾರದ  
ಪರವಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ಇದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ, ಅನುಭವದಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು  
ಮಾತನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೇನೆ. ಸಸ್ಯಾಹಾರದ ಜೊತೆಗೆ, ಹಾಲು ಮತ್ತು  
ಹಾಲಿನಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಅಂದರೆ, ಮೊಸರು,  
ಮಜ್ಜೆ ಮತ್ತು ತುಪ್ಪ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ದೇಹದ  
ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ಸಸ್ಯಾಹಾರದ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿಗಳು ಮತ್ತು  
ಹಣ್ಣುಗಳು ಮೂರನೆಯದಾಗಿ ಬರಬೇಕು. ತಾಜಾ ತರಕಾರಿಗಳ  
ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯವೂ ಸಹ  
ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು  
ನೀಡಬಲ್ಲ ಸಾಧಾರಣವಾದ, ತಾಜಾ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು  
ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಹಣ್ಣುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಬೇಕಾದರೆ, ನಮ್ಮ ನಿತ್ಯದ  
ಆಹಾರದೊಂದಿಗೆ, ಆಯಾಯ ಕಾಲಮಾನದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಾಗುವ  
ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ. ನಮಗೆ ಬೇಕಿರುವ  
ವೇಳೆಯೇ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಲು ಸೂಕ್ತ ಸಮಯವಾಗಿದೆ.  
ಬೇಕಿರುವ ಉಪಾಹಾರವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು  
ಹಾಲು ಸಂಪೂರ್ಣ ತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ  
ಊಟವನ್ನು ಬೇಗ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವವರು, ಹಣ್ಣು-ಹಾಲಿನ



ಉಪಾಹಾರವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದು  
ಒಳ್ಳೆಯದು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿಷ್ಣು ಪದಾರ್ಥ  
ಇರುವುದರಿಂದ, ಬ್ರೆಡ್ ನ ಬದಲಾಗಿ ಇವನ್ನು  
ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಹಾಲು ಮತ್ತು ಬಾಳೆಹಣ್ಣು ಎರಡನ್ನೂ  
ಸ್ವೀಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಒಂದು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾದ ಆಹಾರವನ್ನು  
ತೆಗೆದುಕೊಂಡಂತೆಯೇ ಸರಿ.

- ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಎ.ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ

ನಿರ್ವಾಚಕರಾದ ಪಬ್ಲಿಷಿಂಗ್ ಹೌಸ್ ಪ್ರಕಾಶಿಸಿರುವ, ತಮ್ಮ  
ಆತ್ಮಕಥೆಯಾಗಿ ಮಹಾತ್ಮಾ ಗಾಂಧಿಯವರು ಬರೆದಿರುವ 'ದಿ  
ಸ್ಟೋರಿ ಆಫ್ ಮೈ ಎಕ್ಸ್‌ಪೆರಿಮೆಂಟ್ಸ್ ವಿತ್ ಬ್ರೂಡ್' ಎಂಬ  
ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಈ ಭಾಗವನ್ನು ಕೃತಜ್ಞತಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ  
ಅಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ.

- ಸಂ.

## ಬಳ್ಳಾರಿಯಲ್ಲಿ 9ನೇ ವರ್ಷದ 12 ಗಂಟೆಗಳ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಬಳ್ಳಾರಿಯ ಪತಂಜಲಿ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ದಿನಾಂಕ: 16-08-09 ರಂದು ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ದಿನಾಚರಣೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ  
ಪ್ರತಿ ವರ್ಷದಂತೆ ಈ ವರ್ಷವೂ ಸಹ, 12 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು 9ನೇ ವರ್ಷದ 12 ಗಂಟೆ  
ಧ್ಯಾನ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 74 ಜನ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ಅದರಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 12  
ರಿಂದ 15 ಜನ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 5 ಗಂಟೆಯಿಂದ ಸಾಯಂಕಾಲ 5 ಗಂಟೆಯವರೆಗೆ 12 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದು  
ವಿಶೇಷವಾಗಿತ್ತು.

ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಪತಂಜಲಿ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಕೇಂದ್ರದ ನಿರ್ಮಾಪಕರಾದ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಮೋಹನ್ ಹಾಗೂ  
ನಿರ್ಮಾಪಕರಾದ ಶ್ರೀ ಪಂಪಾಜಿತ್ತಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣ ಅವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ನೆರವೇರಿತು.

-ಪಿ. ರಾಜೇಂದ್ರಗೌಡ, ಬಳ್ಳಾರಿ

## ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನವು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಅವಶ್ಯಕ

ಕ್ಷಣಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ಬದಲಾಗುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಸ್ತುತ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಬಲು ಜಟಿಲವಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿ ಮುಂದಿವರೆಯಬೇಕೆಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ತಮ್ಮ ಆಸೆಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಮೇಲೆ ಹೇರುವುದು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಸದಾ ಮೊದಲನೇ ರ್ಯಾಂಕ್ ನಲ್ಲೇ ಪಾಸಗಬೇಕು. ಎಲ್ಲ ಪ್ರಶೋತಿಗಳಲ್ಲೂ ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶಗಳೇ ಬರಬೇಕೆಂದು ಗುರುಹಿರಿಯರು ಅವರ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತರುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಈ ಸ್ಪರ್ಶ ಎಂಬ ಕತ್ತಿಯನ್ನು ಇಡುವುದರಿಂದ, ಅವರಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ರೀತಿಯ ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಗಳುಂಟಾಗಿ, ನ್ಯೂನತೆಯು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರಾಸೆ, ನಿಷ್ಪ್ರಶ್ನತೆ, ಸೇಡು, ದ್ವೇಷ, ಅನಿರೋಧಿಯಾದುದು, ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು, ಪರೀಕ್ಷೆ ಎಂದೊಡನೆ ಭಯಭೀತರಾಗುವುದನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಕಡೆಗೆ ನಿಷ್ಪಾಪಾಯಕರಾಗಿ ಅತ್ಯುತ್ಕೃಷ್ಟಗೊಳಿಸುವುದಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇಂತಹ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ದೈರ್ಯವಾಗಿ ಎದುರಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮತೆಯನ್ನು ಕುರಿತು ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಈಗ ದೊರೆಯುತ್ತಿರುವ ಆಧುನಿಕ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಹಾಗೂ ಪ್ರಸ್ತುತಗಳ ಮೂಲಕ ಸಿಗುವ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ದೈರ್ಯ ತಂದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಮೆರಗುಗೊಳಿಸಿ, ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಬುದ್ಧಿಯ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ, ಅವರ ಕಾಲ ಮೇಲೆ ಅವರು ನಿಲ್ಲುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿ, ಅವರಲ್ಲಿರುವ ದೈವತ್ವವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಾ "ನೀನು ಬೇಕಾದರೂ ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲ" ಎಂಬ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ನಮಗೆ ಬೇಕಾಗಿದೆ. ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ಅನಂತವಾದ ಅತ್ಯುತ್ತಮತೆಯಿಂದ ಗುರಿಯನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಯುವಕರನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಅದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಮಾರ್ಗ ಕುರಿತಾದ ಕನಸು ಅವರದ್ದಾಗಿತ್ತು.

ಇಂತಹ ನಿಜವಾದ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು, ಅದರ ವಿಧಾನವನ್ನು ನಿಜವಾಗಿಸಬೇಕಾದರೆ, ಪ್ರತಿ ತಾಳೆಯಲ್ಲೂ ಧ್ಯಾನ



ಮಂದಿರಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

### ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಮಿದುಳಿನ ತರಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ

ಮಿದುಳು ಎನ್ನುವುದು ಒಂದು ಎಮ್ಯಾಲ್ ರಸಾಯನಿಕ ಅಂಗ. ನಮ್ಮ ಪಂಚ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಆಗಿರುವ ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ಮೂಗು, ನಾಲಿಗೆ, ಚರ್ಮದ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣ ಮಿದುಳಿಗೆ ಸಮಾಚಾರ ಒದಗಿಸಿ, ಅಲ್ಲಿ ನಿರಂತರ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ನಡೆಯುತ್ತಾ ಇರುತ್ತದೆ. ಬರಿ ಕಣ್ಣಿನಿಂದಲೇ ಸುಮಾರು 85% ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಸಮಾಚಾರ ಮಿದುಳಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ 85% ದೇಹದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿ ಶಕ್ತಿಯು ಪೋಲಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಧ್ಯಾನದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಕಣ್ಣು ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ, ಧ್ಯಾನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಿಕ್ಕ ಎಲ್ಲ ಇಂದ್ರಿಯಗಳು ತಮ್ಮ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸುವ ಕಾರಣ, ಆ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹಾಳಾಗದೆ, ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ, ಮಿದುಳಿನ ಮೇಲಿನ ಒತ್ತಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.

### ಆಲೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿ

ಮಿದುಳಿನಿಂದ ಆಲ್ಫಾ, ಬೀಟಾ, ತೀಟಾ ಹಾಗೂ ಡೆಲ್ಟಾ ಅನ್ನುವ ನಾಲ್ಕು ಬಗೆಯ ತರಂಗಗಳು ಚಲಿಸುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಚುರುಕಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುವ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಬೀಟಾ ತರಂಗಗಳು 30Hz Frequencyಯಲ್ಲಿ ಚಲಿಸುತ್ತದೆ. ಪಾಪಂಚಿಕ ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಮೆಲುಕು ಹಾಕುತ್ತಾ ಒಂದು ಸೆಕೆಂಡಿಗೆ 30Hz ಬೀಟಾ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಮಾಡುವ ಮಿದುಳಿಗೆ ಯಾವ





ಸಮಾಚಾರವನ್ನು ಕೊಡದಿದ್ದಾಗ, ಬೇಟಾ ತರಂಗಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ಸೆಕೆಂಡಿಗೆ 4Hz ಗೆ ಇಳಿಯುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇನಾವು "ಆಲೋಚನಾ ರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿ" ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

ನಾವು ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪಿದ ಕೂಡಲೇ, ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟ ಬಾಗಿಲನ್ನು ತೆರೆದ ಕೂಡಲೇ ಒಂದೇಸಲಕ್ಕೆ ಪೈಪಿನೊಳಕ್ಕೆ ನೀರು ಹೇಗೆ ಕೊಚ್ಚಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆಯೋ ಹಾಗೆಯೇ "ವಿಶ್ವಮಯ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿ" (Cosmic Energy) ನಮ್ಮ ಬ್ರಹ್ಮರಂಧ್ರದ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮೊಳಕ್ಕೆ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತದೆ.

ಆಲೋಚನಾರಹಿತ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ತಲುಪುವುದಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಅತಿ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಕಾಸ್ಮಿಕ್ ಎನರ್ಜಿ ಫೀಲ್ಡ್‌ನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಇರುವ ಅದ್ಭುತ ಅಸ್ತ್ರವೇ "ಎರಮಿಡ್" ! ಒಂದು ರಾಸಾಯನಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ರಿಯಾಕ್ಟನ್ಸ್ ಜೇಗವಾಗಿ ಆಗುವುದಕ್ಕೆ ಕ್ಯಾಟಲಿಸ್ಟ್‌ನ್ನು ಬಳಸುವಂತೆ ಅಥವಾ ಒಂದು ಭೂತಕನ್ನಡಿಯನ್ನು ಬಿಸಿಲಿಗೆ ಹಿಡಿದಾಗ ಸೌರಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಒಂದೆಡೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವ ಹಾಗೆ, ಎರಮಿಡ್ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



### ಪತ್ರಿಕೆ ಕ್ಯಾಲೆಂಡರ್ - ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2009

ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 1	:	ಗೌರವದನೂರು/ಬೆಂಗಳೂರು	ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 10-12	:	ನ್ಯೂಜೆಲ್ಯಾಂಡ್
ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 2-3	:	ಬೆಂಗಳೂರು	ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 13-16	:	ಫಿಜಿ ಐಲ್ಯಾಂಡ್
ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 4	:	ಹೈದರಾಬಾದ್	ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 17-22	:	ನ್ಯೂಜೆಲ್ಯಾಂಡ್
ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 5-6	:	ಸಿಂಗಾಪುರ್	ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 25-31	:	ಹೈದರಾಬಾದ್
ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್ 7-9	:	ಮಲೇಷಿಯಾ			

### ಧ್ಯಾನ ಅಭ್ಯಾಸವೇ ನಿಜವಾದ ಅಕ್ಷರಾಭ್ಯಾಸವು

ಆತ್ಮವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿ ಆತ್ಮಾನುಭವ ಪಡೆದವರೆ, ಅನೇಕಾನೇಕ ಲೋಕ ವಿದ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅತಿ ಸುಲಭವಾಗಿ ವಶ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಲ್ಲರು. ಕಲಿತ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ, ವೃದ್ಧಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಲೋಕಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಅವರಿಗೆ, ಧ್ಯಾನಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಸಬೇಕು. ಅವರ ಧ್ಯಾನಾನುಭವಗಳನ್ನು ಪ್ರದ್ವೆಯಿಂದ ಗ್ರಹಿಸಬೇಕು.

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಿರ್ಭಯದನ್ನಾಗಿ, ಸರ್ರ ವಿದ್ಯಾಪಾರಂಗತರನ್ನಾಗಿ, ಸಕಲ ಕಲಾವಿದರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ, ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಗುರುಕುಲಗಳಲ್ಲಿ "ಧ್ಯಾನ, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ, ಕರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಜ್ಞಾನ, ಗುರುಸೇವೆ" ಎನ್ನುವ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಕೊಡಲಾಗಿತ್ತು. ಈಗಿನ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಅವೆಲ್ಲವೂ ಮತ್ತೆ ಮೊದಲನೆಯ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸರ್ವಾತ್ಮಕ ಭಾವನೆಯ ಜೊತೆ ಸರ್ರ ಇಲ್ಲದ ಭಾವನೆಯನ್ನೂ ಸರಿಸಮಾನವಾಗಿ ಬೆಳೆಸಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆಗಾಗ ಏಕಾಂತದಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟು, ಮುಂಬರುವ "ಪ್ರಪಂಚದ ಏಕತೆಗೆ" ಚಿಕ್ಕಂದಿನಿಂದಲೇ, ಅಡಿಪಾಯ ಹಾಕಬೇಕು. ನಿಶ್ಚಿತ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೌನ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ನಿರ್ದೇಶಿಸಬೇಕು.

"ಶ್ವರ" ಗೊಳ್ಳದಂತೆ ಆತ್ಮದ ಕುರಿತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹಂಚುತ್ತಾ ನಿಜವಾದ "ಅಕ್ಷರಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ" ಕಂಕಣ ತೊಟ್ಟಿರುವ ಜಗದ್ಗುರು ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳ ಬಾಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೇಮದಿಂದ "ಪತ್ರಿಕಾ ಸಾರ್" ಎಂದು ಕರೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆ, ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಪಣತೊಟ್ಟು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಮೂಲ: ಧ್ಯಾನಾಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ್

-ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ:ನಿರ್ಮಲ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್, ಬೆಂಗಳೂರು



## ಸ್ಟಾರ್ ಸೈನ್ಸ್ (Star Signs)

ಲಿಂದಾ ಗುಡ್‌ಮನ್

ಪ್ರಕಾಶನ: ಮ್ಯಾನ್‌ಸಿಂಗಲ್ ಲಂಡನ್ ಲಿಮಿಟೆಡ್, ಗ್ರೇಟ್ ಬ್ರಿಟನ್

"ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ, ಭೌತಿಕಾತೀತ ವಿಷಯಗಳ ಕುರಿತು ಓದುವುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಜನ್ಮ ಅವತಾರದಿಂದ ನಾವು ಸ್ವತಃ ಜೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಾತ್ವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಇದು ಸಿದ್ಧತಾ ಕಾರ್ಯವಾಗಿದೆ." ಏರಿಕ್ ಥಾಮಸ್ ಚೆಫರ್‌ಸನ್ ರವರು ಹೀಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ: "ಪುಸ್ತಕಗಳು ಇಲ್ಲದೆ ನಾನು ಬದುಕುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ" ಅವುಗಳು ಇಲ್ಲದೆಯೇ ಕೆಲವರು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ! ಆದರೆ, ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಪುಸ್ತಕಗಳೇ ಜ್ಞಾನೋದಯ ಪಡೆಯಲು ಸುಲಭವಾದ ಒಳಹಾದಿ, ಆದರೆ, ಪಾರ್ಟ್‌ಗಳೇ ಆಗಿದೆ.



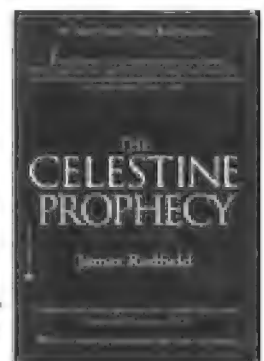
"ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಪಡೆಯಬೇಕು ಎಂಬ ದೃಢನಿಶ್ಚಯದಿಂದ, ನೀವು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುತ್ತೇನೆ ಎಂಬ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ ಬಯಕೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರೆ, ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕ ನಿಯಮದ ಅನ್ವಯ, ನಿಮ್ಮ ಜೈಯಕ್ತಿಕ ಗುರುವು ನಿಮಗೆ ಸಾಕ್ರೆಟೀಸ್‌ನ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಯೋಧಿಸಲು ಸನ್ನದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಈ ಯೋಧನಾ ವಿಧಾನವು ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅದೇನೆಂದರೆ, ನಿಮಗೆ ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿದಿರುವ, ಆದರೆ, ನೀವು ಮರೆತಿರುವ ವಿಷಯಗಳನ್ನೇ ನಿಮಗೆ ನೆನಪಿಸಿಕೊಡುವ ಯೋಧನಾ ವಿಧಾನವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಾಕ್ರೆಟೀಸ್‌ನ ವಿಧಾನ ಎಂದರೆ, ಗುರುವು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಏನನ್ನಾದರೂ ಹೇಳುವುದರ ಬದಲಾಗಿ, ಮೂಲತಃ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುವುದಾಗಿದೆ. ಕೇವಲ ಹೇಳಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಬದಲಾಗಿ, ಹೀಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ, ಉತ್ತರವನ್ನು ಹುಡುಕಾಡಲು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸು ಕಂಪ್ಯೂಟರಿನ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮಿಮಳಿಸಲ್ಪಿರುವ ಮೆಮೊರಿ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಎಂಬ ನೆನಪಿನ ವಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಸ್ಕ್ಯಾನ್ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಜೀವಿತ ಕಾಲಾವಧಿಯ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಹಳೆಯ, ಹಿಂದಿನ ಜೀವಿತ ಕಾಲಾವಧಿಗಳ ನೆನಪುಗಳೂ ಸಹ ಇಂತಹ ಸ್ಕ್ಯಾನ್‌ಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತವೆ. ನಿಮಗೆ ಉತ್ತರವು ತಿಳಿದಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೇ ಅರಿವಿಲ್ಲದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಂದ ಉತ್ತರಗಳು ಹೊರಬರುತ್ತವೆ. ನೀವು ತಿಳಿಯಬೇಕು ಎಂದಿರುವುದು ಎಲ್ಲದೂ ಸಹ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ, ಅದು, ಅಕಾಶಿಕ ರೆಕಾರ್ಡ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವ ಅಳವಡಾಗದ ವಾಖಲೆಯಾಗಿ, ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ವಾಖಲಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಎಫ್‌ಫ್ ಕೇಸಿ ಎಂಬುವವನು ಆತ್ಮಾತ್ಮಯೋಗದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವುಗಳನ್ನು ಓದಿ ಹೇಳಿದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನೀವೂ ಸಹ ಅಕಾಶಿಕ ರೆಕಾರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ಓದಬಹುದು. ಇಂತಹ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ನಿಮಗೆ ಇದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನೀವು ಈಗ ಮರೆತಿರಲಿ ಅಷ್ಟೇ!"

## ದಿ ಸೆಲೆಸ್ಟೀನ್ ಪ್ರಾಫೆಸಿ

ಜೇಮ್ಸ್ ರೆಡ್‌ಫೀಲ್ಡ್

ಪ್ರಕಾಶನ: ಮ್ಯಾನ್‌ಸಿಂಗಲ್ ಲಂಡನ್, ಗ್ರೇಟ್ ಬ್ರಿಟನ್

"ಹೌದು, ನಿಮಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆಯೇ. ಸ್ವಯಂ ಉನ್ನತಿಯನ್ನು ನೀಡುವ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದರಲ್ಲಿಯೇ ಇಡೀ ಜೀವನ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಮಾರ್ಗ ಅನ್ವೇಷಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲರಾದ ನಿಮ್ಮ ಪೋಷಕರೂ, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಮಗೂ ಸಹ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದೊಂದು ನಿಮ್ಮ ವಿಕಾಸದ ಕುರಿತಾಗಿರುವ, ಜೀವಿತ ಕಾಲಾವಧಿಯ ಉದ್ದಕ್ಕೂ ನಡೆದಿರುವ ಅನ್ವೇಷಣೆಯೇ ಆಗಿದೆ.



-ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ :ಎ. ಸತ್ಯನಾರಾಯಣ



## ಕೂಡ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಆತ್ಮ ಸಾಯಿ ಪಿರಮಿಡ್ ಶಂಕು ಸ್ಥಾಪನೆ

ದಿನಾಂಕ : 08-08-09ನೇ ಶನಿವಾರ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 8:30ಕ್ಕೆ ಕೂಡ್ಲಿಗಿ ನಗರದ ಈಶಾನ್ಯ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ವಾಯುವ್ಯ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಆವರಣದಲ್ಲಿ 30'X30' ವ್ಯಾಪ್ತಿಯ "ಶ್ರೀ ಆತ್ಮ ಸಾಯಿ ಪಿರಮಿಡ್" ಕಟ್ಟಡಕ್ಕೆ ಶಂಕುಸ್ಥಾಪನೆಯನ್ನು ನೆರವೇರಿಸಲಾಯಿತು.

ಈ ದಿನವನ್ನು ಕೂಡ್ಲಿಗಿ ಜನತೆ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಮರೆಯಲಾಗದ ಸುಮಾರ್ಗದಿನವೆಂದರೆ ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯಾಗಲಾರದು. ಈ ಕ್ಷಣಿಯು ದರ್ಗಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾದಂತ ಸಂಭ್ರಮ, ಸಡಗರದಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು.

ಈ "ಆತ್ಮ ಸಾಯಿ ಪಿರಮಿಡ್" ದೇಗುಲದ ಶಂಕುಸ್ಥಾಪನೆಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಕೂಡ್ಲಿಗಿ ಪಟ್ಟಣದ ಜನಪ್ರಿಯ ಶಾಸಕರಾದ ಶ್ರೀ ನಾಗೇಂದ್ರರವರು ವಹಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರು. ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಚಿಂತಾಪೂರ್ಣ, ಕೂಡ್ಲಿಗಿಯ ಸೌಭಾಗ್ಯವೆಂದೇ ಬಿಂಬಿಸಲಾಗಿರುವ ಈ ಆತ್ಮ ಸಾಯಿ ಪಿರಮಿಡ್‌ನ ಮೂಲ ಕರ್ತೃ ಶ್ರೀ ಹನುಮಂತಪ್ಪ ಪೈ. ತುಕಾಯಿ ಹಾಗೂ ಅವರ ಭರ್ತು ಪತ್ನಿ ಶ್ರೀಮತಿ ವರಲಕ್ಷ್ಮಿ ಇವರು ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿ ಸ್ಥಾನ ಅಲಂಕರಿಸಿದ್ದರು. ಅತಿಥಿಗಳಾಗಿ ಬೆಂಗಳೂರಿನಿಂದ ಸೀನಿಯರ್ ಪಿರಮಿಡ್ ಮಾಸ್ಟರ್ ಶ್ರೀ ಶಿವರಾಮಪ್ಪ, ಬಳ್ಳಾರಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಅಡಿಪನಲ್ ಎಸ್.ಪಿ. ಶ್ರೀ ಅಶೋಕ, ಕುರೇರ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರಕರು ಆಗಮಿಸಿದ್ದರು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ನಿರೂಪಣೆಯನ್ನು ತುಂಬಾ ಸೊಗಸಾಗಿಯೂ, ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿಯೂ ಶ್ರೀ ವಿರೂಪಾಕ್ಷಪ್ಪ ಶಿಕ್ಷಕರು ನೆರವೇರಿಸಿ ಕೊಟ್ಟರು.

ಕೂಡ್ಲಿಗಿ ಪಟ್ಟಣದ ಜನತೆ, ಶ್ರೀ ಸಾಯಿ ಭಜನಾ



ಸಮಿತಿಯವರು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಹಿರಿಯರು-ಕಿರಿಯರು. ಅಕ್ಕ ಪಕ್ಕದ ಗ್ರಾಮದ ಜನತೆ ತಮ್ಮ ಹೊಲ ಗದ್ದೆಗಳ ಕೆಲಸವನ್ನು ಬದಿಗೊತ್ತಿ ಬಂದು ತುಂಬ ಉತ್ಸುಕತೆಯಿಂದ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು. ಅಲ್ಲದೇ ಮಾನಾಹೊಸಳ್ಳಿ, ದಾವಣಗೆರೆ, ಬಳ್ಳಾರಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೂ 2000 ಜನರು ಆಗಮಿಸಿದ್ದರು.

ಆಸಂಖ್ಯಾತ ಜನಸಾಗರದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಈ ಸ್ಥಳ ನೋಡಲು ಬಲು ಸೊಗಸಾಗಿಯೂ, ಅನಂದಕರವಾಗಿಯೂ, ಅಷ್ಟೇ ಆಕರ್ಷಣೀಯವಾಗಿಯೂ ಕಂಡಿತು. ಈ ಸಂಭ್ರಮ, ಸಡಗರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಬ್ಬದೇ ಸರಿ.

ತುಂಬ ಉತ್ಸುಕರಾಗಿ ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಜನತೆಗೆ ಜೇರೆಡೆಯಿಂದ ಬಂದಂತಹ ಧ್ಯಾನಿಗಳು, ಕೂಡ್ಲಿಗಿ ನಗರದ ಧ್ಯಾನಿಗಳು ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಧ್ಯಾನದ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿದರು ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಅಲ್ಲಿಯೇ 20 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಮನವರಿಕೆಗೊಂಡ ಜನತೆ, ಧ್ಯಾನಿಗಳು ತಿಳಿಸಿದಂತೆ, ಚಾಚೂ ತಪ್ಪದೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದರು ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತಲ್ಲೀನರಾಗಿದ್ದವರು ತಮಗಾದ ಹೊಸ ಅನುಭವ, ಅನಂದದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿದರು.

ಶಂಕುಸ್ಥಾಪನೆಗೆಂದು ಆಗಮಿಸಿದ ಎಲ್ಲರನ್ನು ಆಕರ್ಷಣೀಯತೆಗೊಳಿಸಿದ ಸಂಗತಿ ಎಂದರೆ, ಕೇವಲ ಶಂಕುಸ್ಥಾಪನೆಗೆ ಇಚ್ಛಿಸಿದ ಜನಸಾಗರ ನೆರೆದಿದೆ ಎಂಬ ಮೇಲೆ ಇನ್ನು ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರದ ಪ್ರಾರಂಭೋತ್ಸವವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಎಷ್ಟು

ಸಂಭ್ರಮದಿಂದ ಆಚರಿಸಬಹುದೋ ಎಂದು ಹುಚ್ಚೇರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿತ್ತು. ಅದು ಊಹಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಜನ ನಿಜೈರಾಗಾದರು.

ಮಾನ್ಯ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾ, ಅತಿಥಿಗಳೆಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಹಿತನುಡಿಗಳಿಂದ, ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಧ್ಯಾನದ ಕುರಿತು ಅಮೋಘ ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾ ಜನರಿಗೆ ಸರಳವಾಗಿ ಮನಮುಟ್ಟುವಂತೆ ಅರ್ಪಿಸಿದರು.

ಮುಖ್ಯ ಅತಿಥಿಗಳಾದ ಶ್ರೀ ಹೆಚ್. ವೈ ತುಕಾರಾಯಿ (DYSP) ಇವರನ್ನು ಹಿಂದೆ ಕಂಡವರು ಈಗ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಅವರಲ್ಲಾದ ಬೃಹತ್ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಕಂಡು, ಇವರೊಬ್ಬ ಕಲಿಯುಗದ ವಾಲ್ಮೀಕಿಯೇ ಸರಿ ಎಂದೂ, ಇವರೇ ನಮಗೆಲ್ಲಾ

ಸರಿಯಾದ ಹಾಗೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ನಿರ್ದೇಶನವೆಂದೂ, ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಎಚ್ಚೊಂದು ಸಾಧನೆ, ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಶಕ್ತಿ ಇದೆ ಎಂದು ಅರಿತ ಜನತೆ, ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಊರುಗಳಲ್ಲಿ ವಿರಮಿಡ್ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಂಡು, ಪ್ರತಿದಿನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ ಅದ್ಭುತ ಶಕ್ತಿ ಪಡೆಯುತ್ತೇವೆ, ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಸತ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ, ನಾವೂ ಧ್ಯಾನಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ ಹಾಗೂ ಧ್ಯಾನದ ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂದು ಸಂತೋಷಭರಿತರಾಗಿ ಒಕ್ಕೊರಲಿನಿಂದ ನುಡಿದರು.

ಇದೆಲ್ಲವೂ "ಶ್ರೀ ಆತ್ಮ ಸಾಯಿ ವಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಮಂದಿರ" ದ ಶಂಕುಸ್ಥಾಪನೆಯ ವೇಳೆ ನಡೆದಂತಹ ಸಂಭ್ರಮ.

ಈ ಸಂಭ್ರಮವು ಕೂಡ್ಲಿಗಿ ಜನತೆಗೆ ಎಂದೆಂದೂ ಮರೆಯಲಾರದಂತಹ ಸಮಿನೆನಪಾಗಿ ಉಳಿದಿದೆ.

-ವಿ. ಕೃಷ್ಣವೇಣಿ (VKGS) ಸದಸ್ಯರು

## ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಜ್ಞಾನ, ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ

### ಭಾವನೆ ಮತ್ತು ಮನೋವರ್ಗ

ವಾಹನ ಚಾಲನೆಯನ್ನು ಕಲಿತು ಮೊದಲಬಾರಿಗೆ ನಗರದಲ್ಲಿ ವಾಹನ ಚಲಾಯಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನೋಸ್ಥಿತಿ ಏನು? ಆತನ ಮನಸ್ಸು ಯಾವ ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಅವರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ. ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಅವರ ಮನೋವರ್ಗವನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದು.

1. ವಿನಾಶಕಾರಿ ಮನಸ್ಸು: "ನಾನು ನಗರದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ವಾಹನ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಅಪಘಾತ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ"

2. ಚಿಂತಾತ್ಮಕ ಮನಸ್ಸು: "ನಾನು ನಗರದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ವಾಹನ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ವಿನಾಗುತ್ತದೆಯೋ ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ.. ಅಪಘಾತ ಆದರೂ ಆಗಬಹುದು.. ಆಗದೆಯೂ ಇರಬಹುದು.. ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ".

3. ಭ್ರಾತೃತ್ವ ಮನಸ್ಸು: "ನಗರದಲ್ಲಿ ನಾನು ವಾಹನ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಿರುವುದು ಇದು ಮೊದಲ ಬಾರಿಯಾದರೂ ಸಹ, ಎಲ್ಲವೂ ಸಹ ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಿಯೂ, ಏನೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ"

4. ಅದ್ಭುತ ಮನಸ್ಸು: "ನಾನು ನಗರದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ವಾಹನ ಚಲಾಯಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇನ್ನು ಇಪ್ಪತ್ತು ನಿಮಿಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾನು ನನ್ನ ಗುರಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಹಿಂದಿರುಗಿ ಬರುತ್ತೇನೆ".



‘ಧ್ಯಾನ’ ಎಂದರೇನು, ಅದು ಹೇಗೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅವರಿಂದ ಎನೇನು ಉಪಯೋಗ ಎಂಬುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ವಾರಿ ತೋರಿದವರು ಮಾಡ, ಪ್ರೀತಿಯ ಮುಖ್ಯಗುರುಗಳು ಪಂಪನ್ನ ಸರ್ವವರು. ನಾನು ವಾರಿಯಲ್ಲಿ ಹೊರಟಿದ್ದೆ ಕರೆದು, ಇಂದು ಒಬ್ಬ ವಿಶೇಷ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸಿರಗುಪ್ಪಗೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಬಾ ಎಂದು ಕರೆತಂದು ಈ ಧ್ಯಾನ ಕಲ್ಪನೆಯ ಬೀಜ ಬಿತ್ತಿದ ಗುರು ಅವರೇ.

ಆ ದಿನ ಅರ್ಧಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದ್ದೆ. ನನಗೆ ಹೊಸದೊಂದು ಅನಂದ, ಚೇತನ, ಉತ್ಸಾಹ, ಕಣ್ಣುಗಳಿಗೆ ತಂಪು ಒದಗಿ ಬಂತು. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಕಷ್ಟ ದುಃಖ ಮರಾಜೆಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ, ಅಲ್ಪ ಸುಖಗಳನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತೋಷದಿಂದ ಅನುಭವಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಅನೇಕ ಪ್ರೇಕ್ಷಣೀಯ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ವಿಸ್ಮಯನಾಗಿದ್ದೇನೆ.

ಸುಂದರ ಜೀವನವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಆದರೆ, ಜೀವನ ಎಂದರೇನು ? ಅದು ಹೇಗಿರಬೇಕು ? ಅದು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದು ಯಾರು ? ನಾವು ಏಕೆ ಈ ನರಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಮರಳಿ ಮರಳಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಶ್ರೀ ಭೀಮೇಶ್ವರದ್ವಿಯವರ “ಸುಮಧುರವೀ ಜೀವನ” ಎಂಬ ಪಾಠ ಕೇಳಿದ ನಂತರವೇ ಗೊತ್ತಾಗಿದ್ದು ಅಂದಿನಿಂದ ಇಂದಿನವರೆಗೂ ನಾನು ತಪ್ಪದೇ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಮಾಡಲು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ನಾನು ಬಿ.ಆರ್.ಪಿ. ಆದ ನಂತರ ಪ್ರತಿ ಶಿಕ್ಷಕ ಮಿತ್ರರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿಸಿ, ಧ್ಯಾನದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅನೇಕ ಮಾಸ್ಪರ್ಶಗಳಿಂದ (ಭೀಮೇಶ್ವರದ್ವಿ, ಶ್ರೀನಿವಾಸ್, ಸುಮಂಗಳಮ್ಮ) ಶಿಕ್ಷಕರುಗಳಿಗೆ, ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ.

2009-10 ರ ನಲಿ-ಕಲಿ ತರಬೇತಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಾಳೂರು



ಮತ್ತು ದರೂರು ಕ್ಷಪ್ಪರನ ಶಿಕ್ಷಕರುಗಳು ಅದಿನದ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಗ್ಗೆ ಅರ್ಧಗಂಟೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತ ಒಂದು ಭಾವ ಚಿತ್ರವನ್ನು ‘ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ’ಗೆ ಕಳಿಸಬೇಕೆಂದು ಕಳಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಪ್ರತಿಶಿಕ್ಷಕರು ಧ್ಯಾನಿಗಳಾಗಬೇಕು. ಧ್ಯಾನದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅನುಕೂಲಗಳನ್ನು ಪಡೆದು, ಬೆಳೆಯುವ ಸಸಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಕಲಿಸಿ ‘ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್ತಿಗೆ’ ತಮ್ಮ ಕರುಣಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾರೆಂದು ನನ್ನ ನಂಬಿಕೆ.

ನಾನು ಪ್ರತಿ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋದಾಗಲೂ ಸಹ ಶಿಕ್ಷಕರ ಬೋಧನಾ ಕೌಶಲ್ಯ ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ನೋಡಿದ ನಂತರ, ಸಾಯಂಕಾಲ ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವ ವಿಧಾನ, ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ರೀತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುತ್ತೇನೆ.

-ಎ. ಶಿವದಾಸ್ (ಬಿ.ಆರ್.ಪಿ.), ಸಿರುಗುಪ್ಪ

“ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ ನೀವು ನಗುತ್ತಿದ್ದೀರಿ ಕಾಯುತ್ತಿವೆ. ನೀವು ನಕ್ಕರೆ, ಇಡೀ ಪ್ರಕೃತಿ ನಕ್ಕೊದಿಗೆ ನಗುತ್ತದೆ. ಅದು ಮಾದರ್ ನಗುತ್ತದೆ, ಅದೇ ಜೀವನದ ನಿಜವಾದ ಮೌಲ್ಯ. ಎಲ್ಲ ಸಂಭವ್ಯವಾಗಿರುವಾಗ ಎಲ್ಲರೂ ನಗಬಲ್ಲದು, ಆದರೆ ಎಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುವವಾಗಲೂ ನೀವು ನಗಬಲ್ಲಿದಾದರೆ, ಅದೇ ವಿಶಾಸ, ಅದೇ ಪ್ರಗತಿ.”

-ಶಿವ ಶಿವ ರವಿಶಂಕರ್



ನನ್ನ ಹೆಸರು ತುಳು  
ಕೃಷ್ಣ ಮೂರ್ತಿ.  
ನಾನು ಈ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ  
ಬಂದು ಸುಮಾರು 6  
ವರ್ಷಗಳಾದವು. ಈ  
ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬರುವ  
ಮುಂಚೆ ನಾನು ಹಲವು  
ಧ್ಯಾನ ಗ'ಳ'ನ'ನ್ನ

ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಾನು ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನಲ್ಲಿ  
ಮ್ಯಾನೇಜರ್ ಆಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ. ನಿವೃತ್ತಿಯಾದ ನಂತರ  
ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ವೃಥಾ ಕಾಲ ಕಳೆಯುವುದು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತಿತ್ತು.  
ಅದರಿಂದ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಹುಡುಕಿಕೊಂಡು  
ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ 4 ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಬ್ರಹ್ಮ  
ಕುಮಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದೆ, ನಾಲ್ಕು ಸಲ ಮೌಂಟ್ ಆಬುಗೆ ಹೋಗಿ  
ಬಂದೆನು. ಅದಾದ ನಂತರ, ನನಗೆ 'ಅನಾಪಾನಸತಿ' ಧ್ಯಾನ  
ದೊರೆಯಿತು. ಈ ಧ್ಯಾನಕ್ಕೆ ಬಂದ ಮೊದಲ ದಿವಸವೇ ತ್ರಿಮತಿ  
ತ್ರಿದೇವಿಯವರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಆ ದಿವಸ  
ನನಗೆ ಪೂಜ್ಯ ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣರು ಮತ್ತು ಶಾರದಾ ದೇವಿಯರ  
ದರ್ಶನವಾಯಿತು. ಅಗಿನಿಂದಲೇ ನನಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನವಾಗಿ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ  
ಉತ್ಸಾಹ ದೊರೆಯಿತು.

ನಾನು ಸುಮಾರು 91 ದಿವಸಗಳ ಕಾಲ ರಾತ್ರಿ ಪೂರಾ ನಿದ್ರೆ

ಬಿಟ್ಟು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದೆ. ಹಗಲೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೆ.  
ನಿದ್ರೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೂ, ನನಗೆ ಯಾವ  
ಆಯಾಸ ವಾಗಲಿ, ಖಾಯಿಲೆ ಯಾಗಲಿ ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.  
ಅದರಿಂದ, ನಾನು ಇನ್ನೂ ಚೈತನ್ಯಯುಕ್ತವಾಗಿ ಇರಲು  
ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ನನಗೆ ಯಾವುದಾದರೂ ದುಃಖವಾಗಲಿ,  
ಯಾರಿಂದಲಾದರೂ ನೋವುಗಳಾಗಲಿ ಬಂದರೆ, ಶ್ರೀ ಶಾರದಾ  
ಮಾತೆಯವರು ಬಂದು ಸಾಂತ್ವನ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಧ್ಯಾನದ  
ವಂಹ'ತ್ತವ'ನ'ನ್ನ ಬರ'ವ'ಣಿಗ'ಯಿಂ ದಾಗ'ಲಿ,  
ಸಂಭಾಷಣೆಯಿಂದಾಗಲಿ, ದರ್ಶನಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಪುನಃ  
ಪುನಃ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ನಾನು ಈ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಎಲ್ಲಾ  
ಲೋಕಗಳನ್ನು ನೋಡಿಬರುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಅವುಗಳ ವರ್ಣನೆಯನ್ನು  
ತಿಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನನಗೆ ಈಗ ಸಾವಿರಾಗಲಿ,  
ವರ್ಗ-ನರಕಗಳಿಗಾಗಲಿ ಯಾವುದಕ್ಕೂ ಭಯವೇ ಇಲ್ಲ ಎಲ್ಲಾ  
ಈ ಧ್ಯಾನವೇ ಕಲಿಸುತ್ತಿದೆ, ಕಾಣಿಸುತ್ತಿದೆ.

ಅದರಿಂದ, ಈ ಧ್ಯಾನವನ್ನು ಇಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ  
ಪರಿಚಯಿಸುವ ಶ್ರೀ ಗುರು ಪತ್ರಿಕೆಯವರಿಗೆ ಕೋಟಿ  
ವಂದನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಪಿಸುತ್ತಾ, ನನ್ನ ಧ್ಯಾನದ ಅನುಭವಗಳನ್ನು  
ಇಲ್ಲಿಗೆ ಮುಕ್ತಾಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

-ತುಳು ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿ

ಬೆಂಗಳೂರು

ಕುದ್ವ ಚಾರಿತ್ರ್ಯವ್ಯಕ್ತವಾಗು, ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗು. ಅಂತಃಕರಣ ಪೂರಿತವಾಗು, ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನ ನಿಶ್ಚಯವಾಗಬೇಕು. ಮೀದದ  
ಹಂಗನ್ನು ತೊರೆಯುವಂತಹ ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಬೇಕು. ಮತ ತತ್ವಗಳಿಂದ ನಿನ್ನ ತಲೆಯನ್ನು ಕಡಿಬಿಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಡ. ಹೊಡೆಗಳು ಮಾತ್ರ  
ಪಾಪ ಮಾಡುವವರು. ಧೀರರು ತಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಎಂದಿಗೂ ಪಾಪವನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ.

- ಸ್ವಾಮಿ ವಿನೇಶಾನಂದ





ಮೂಲ: ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವದ್ಗೀತೆ

ಸಂಗ್ರಹ: ಬಿ.ವಿವರಾಮಪ್ಪ, ಬೆಂಗಳೂರು.

ಮಯಿಚ ಅನನ್ಯಯೋಗೇನ ಭಕ್ತಿರವ್ಯಭಿಚಾರಿಣೀ  
ವಿವಕ್ತದೇಶ ಸೇವಿತ್ವಮರತಿರ್ಜನಸಂಸದಿ.

### ಅನನ್ಯಯೋಗೇನ ಭಕ್ತಿರವ್ಯಭಿಚಾರಿಣೀ

ಆತ್ಮವೇ ದೇಹ. ದೇಹದಲ್ಲಿರುವನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಪು ಪರಮಾತ್ಮನೇ. ಅವನೇ ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠನಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಪರಲು ಹೋಗಲು ಅವನೇ ಯೋಗ್ಯನು. ಅವನೇ ಸವಂಗೆ ತಂದೆ-ತಾಯಿ, ಬಂಧು-ಬಾಂಧವ, ಮಿತ್ರ-ಹಿತೈಷಿ ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿದ್ದಾನೆ. ಅವನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ - ಈ ಭಾವದಿಂದ ಭಗವಂತನೊಡನೆ ಯಾವ ಅನನ್ಯ ಸಂಬಂಧವಿದೆಯೋ ಅದರ ಹೆಸರು 'ಅನನ್ಯಯೋಗ' ವಾಗಿದೆ. ಈ ಪ್ರಕಾರದ ಸಂಬಂಧದಿಂದ ಕೇವಲ ಭಗವಂತನಲ್ಲಿಯೇ ಆಚಲ ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣ ವಿಶುವ್ಯ ಪ್ರೇಮವಿಟ್ಟು ಸತತ ಭಗವಂತನ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರುವುದೇ ಅನನ್ಯ ಯೋಗದ ಮೂಲಕ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ 'ಅವ್ಯಭಿಚಾರಿಣೀ' ಭಕ್ತಿ ಮಾಡುವುದಾಗಿದೆ.

ಈ ವಿಧವಾದ ಭಕ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ಇರುವುದು ಸ್ವಾರ್ಥರಹಿತ ಮತ್ತು ಅಭಿಮಾನರಹಿತವಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಮಮಕಾರವಿಲ್ಲದಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು

ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಭಗವಂತನನ್ನೇ ಮತ್ತು ಸರ್ವವೂ ಭಗವಂತನನ್ನೇ ಎಂದು ವಿಳಿಯುತ್ತಾನೆ. ನಿಷ್ಕಾಮಭಾವದಿಂದ ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ಯಾವುದೆಲ್ಲ ಕ್ಷಿಯಿಗೂ ನಡೆಯುತ್ತವೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ಭಗವಂತನಾಗಿಯೇ ಆಗಿರುತ್ತವೆ. ಈ ರೀತಿ ಇರುವ ಅಚಂಚಲವಾದ ಭಕ್ತಿಯೇ 'ಅನನ್ಯ ಭಕ್ತಿರವ್ಯಭಿಚಾರಿಣೀ' ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ.

### ವಿವಿಕ್ತದೇಶಸೇವಿತ್ವಂ

ಪ್ರಾರಂಭದಸೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ಮನಸ್ಸಿನ ಜನಗಳಿಂದ ವಿಕ್ಷೇಪ ಉಂಟಾಗದೆ ಇರಲು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ವಿಕಾಂತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ನಡೆಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ಅಂತಹ ವಿಕಾಂತ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಅವರ ಗೃಹದಲ್ಲಿಯೂ ವಿರ್ಬಾಟುಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಒಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾದ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ವಿನಿಯೋಗಿಸಬಹುದು.

### ಅರತಿರ್ಜನಸಂಸದಿ

'ಜನಸಂಸದಿ' ಎನ್ನುವುದು ಆತ್ಮಚಾಸನರಹಿತವಾದ ಜನರ ಸಮುದಾಯ ಎಂಬುದನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಜನರ ಸಾಂಗತ್ಯ ಧ್ಯಾನ ಸಾಧನೆಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಿ ಬಾಧಕವಾಗುವಂಥದ್ದು ಕಾರಣ. ಈ ವಿಧವಾದ ವಿಷಯಾಸಕ್ತ ಸಾಂಸಾರಿಕ ಜನಬಾಹುಳ್ಳವರಿಂದ ದೂರವಿದ್ದು ಅದರಲ್ಲೂ ಸಹ ಅನಾಸಕ್ತನಾಗಿರುವುದನ್ನು 'ಅರತಿರ್ಜನಸಂಸದಿ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಕೇವಲ ಸತ್ಸಾಂಗತ್ಯ ಮತ್ತು ಸದ್ವ್ಯಸಾಂಗತ್ಯ ಧ್ಯಾನಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕಾರಿ ಎನ್ನುವುದು ವಿಳಿಯಬೇಕು.

ಮುಂದು ವರಿಯುವುದು.....



ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನು ತನಗೆ ತಾನೇ ನ್ಯಾಯವಾಚನು. ತನ್ನ ವಿಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಅವನವಿಗೆ ತಾನೇ ಕಾರಣನು. ತನ್ನ ಜೀವಿತ, ಪ್ರತಿಫಲ, ತಿಕ್ಕಿ ಇವುಗಳಿಗೆ ತಾನೇ ನಿಯಾಮಕನು.

-ಫಿಯಾಸಫಿಕಲ್ ಸೊಸೈಟಿ





### ಮೂರ್ತಿ ಪೂಜೆ

‘ಮೂರ್ತಿ ಪೂಜೆ’ ಮತ್ತು ‘ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ’ ಕುರಿತು ವೇಮನಾಚಾರ್ಯರ ಮಾತುಗಳು ಏನು ಎಂಬುದನ್ನು ಈಗ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳೋಣ.

ಮೂರ್ತಿ ಪೂಜೆಯನ್ನು ಬಹುತೇಕ ಋಷಿಮುನಿಗಳು ತ್ಯಾಜ್ಯವೆಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ. ವಿಷ್ಣುಸುರಾಣದಲ್ಲಿ ಸಹ, ‘ಕಾಪ್ಪ ಲೋಹೇಷು ಮೂರ್ತಿಣಾಂ ಜ್ಞಾನೇನಾಂ ಹೃದಯೇಷು ಚ’, ಎಂದರೆ, ಮೂರ್ತಿರ ವೇದರು ಕಟ್ಟಿಗೆ ಲೋಹಗಳಲ್ಲಿಯೂ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಿಗಳ ವೇದರು ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ಇರುವರೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

‘ಮನಸಾ ಕಲ್ಪಿತಾ ಮೂರ್ತಿಃ ಸ್ಮೃತಾಚೇಮೋಕ್ಷಸಾಧನೀ ಸ್ವಪ್ನಲಬ್ಧೇನ ರಾಜ್ಯೇನ ರಾಜಾ ನ ಮಾನವಸ್ತಥಾ’.

ಕೇವಲ ಮಾನವ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಮೂರ್ತಿಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಅದಂತು ಮೋಕ್ಷಸಾಧನವಾಗಬಲ್ಲದ್ದು ? ಸ್ವಪ್ನದಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯಪಡೆದುಕೊಂಡ ಮಾನವನು ನಿಜಕ್ಕೂ ರಾಜನಾಗಬಲ್ಲನೇ ?

ಅದ್ದರಿಂದ, ವೇಮನ ಯೋಗಿಗಳು ಶಿಲೆಯನ್ನೇ ಶಿವನೆಂದು ಬಗೆಯುವ ಮಂದ ಬುದ್ಧಿಯವರಿಗೆ ಬಗೆ ಬಗೆಯಾಗಿ ತಿಳಹೇಳಿದ್ದಾರೆ. ಲೋಹದಿಂದಾಗಲಿ, ಶಿಲೆಯಿಂದಾಗಲಿ ಮೂರ್ತಿಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ, ಜೊಳ್ಳು ತುಂಬಿ ಮಾಡಿದ ಲೋಹ ಮೂರ್ತಿಯೇ ಆಗಲಿ, ಇಲ್ಲವೆ, ಬಂಡೆಯನ್ನು ಕಾಲಿನಿಂದ ಮೆಟ್ಟಿಕಡೆದ ಶಿಲಾಮೂರ್ತಿಯಾಗಲಿ ಹೇಗೆ

ವೇವರಾಗಬಲ್ಲದ್ದು? ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣವು ಹೇಗೆ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾಪಿತವಾದೀತು? ಇದನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ತಿಳಿಯದೆ, ತಮ್ಮ ಮನೋರಂಜನೆಗಾಗಿ, ರಂಗು ರಂಗಿನ ವಸ್ತು ಉಡಿಸಿ, ಆಭರಣ ತೊಡಿಸಿ ಇಂದ್ರಿಯ ವ್ಯಾಪಾರವ ರೂಢಿಯನ್ನೇ ಬೆಂಬಲಿಸಿದರೆ , ಅವರನ್ನು ಅಥಮಾಥಮರೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರ ಹೇಳುವುದು ಅಷ್ಟೇ.

1. ಶಿಲೆಯ ನೋಡಿ ನವರು ಶಿವನೆಂದು ಭಾವಿಸಿದರು

ಶಿಲೆಯು ಶಿಲೆಯೇ ಹೊರತು ಶಿವನು ಅಲ್ಲ;  
ತನ್ನೊಳಿರುವ ಶಿವನ ತಾನು ತಿಳಿಯದೇಕೋ ?  
ವಿಶ್ವವಾಛರಾಮ ಕೇಳು ವೇದಾ.

2. ಶಿವನು ಇರುವನೆನುತೆ, ಶಿಲೆಗಳಿಗೆ ಮಣಿಯುವ,

ಮೂರ್ತಿ ಬೇವಿಗಳೇ ಮೋಹ ಬಡಿದಿರಿ  
ಬೇವಿಯಲ್ಲೆ ಹೊರತು, ಶಿಲೆಯೊಳೇನು ಉಂಟು?  
ವಿಶ್ವವಾಛರಾಮ ಕೇಳು ವೇದಾ.

3. ವೇವ-ಗುಡಿಗಳಲ್ಲಿ ತೀರ್ಥಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ

ಮೂಲವರಿಯದಿರಲು, ಮುತ್ತಿಯಿಲ್ಲ  
ಆತ್ಮಮೂಲವರಿಯೆ, ಅದನೆಂತು ತಿಳಿದನು?  
ವಿಶ್ವವಾಛರಾಮ ಕೇಳು ವೇದಾ.

4. ಶಿಲೆಯದೇವತೆಗಳ, ಪ್ರೀತವಾಗಿ ರೂಪಿಸಿ,

ಮಣ್ಣುಪಾಲಾದರು ಮನುಜರೆಲ್ಲ;  
ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಕಲ್ಲು; ಮನದೊಳಗೆ ತಿಳಿಯದು  
ವಿಶ್ವವಾಛರಾಮ ಕೇಳು ವೇದಾ.

5. ಕಲ್ಲು ಬೊಂಬೆಗಳೇ ಕೆಲ ಬಣ್ಣದ ವಸ್ತ್ರ ?

ಗುಡಿಗೆೋಪುರವೆಲ್ಲ ಕಂಛ ಮತ್ತೆ?  
ಬಟ್ಟೆ ಆಸ್ತ ತಾನು ಬಯಸುತಿಹನೆ ವೇವ ?  
ವಿಶ್ವವಾಛರಾಮ ಕೇಳು ವೇದಾ.

ಪ್ರಿಯುತ ಎಸ್.ಆರ್.ವಾಟೇಲ,  
ಹಲಕೋಟೆ, ಧಾರವಾಡ, ಇವರ ಕನ್ನಡ  
‘ವೇಮನ ವಿಶ್ವಗೀತೆ’ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ,  
ಸಂಕಲನ-ಬಿ.ಶಿವರಾಮಪ್ಪ, ಬೆಂಗಳೂರು.



ಐತರೇಯ ಉಪನಿಷತ್

ಹಿಂದಿನ ಸಂಚಿಕೆಯಿಂದ..

ಈ ಉಪನಿಷತ್ತು ಋಗ್ವೇದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟದ್ದು. ಶ್ರೀ ಶಂಕರಾಚಾರ್ಯರು ವರ್ಗೀಕರಿಸಿದ ಹತ್ತು ಮುಖ್ಯ ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಇದೂ ಸಹ ಒಂದಾಗಿದೆ. ಈ ಉಪನಿಷತ್ತುನಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತವಾದ ಕೆಲವು ಬ್ರಹ್ಮಸತ್ಯಗಳ ಕುರಿತು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ಸೃಷ್ಟಿಯ ಆರಂಭ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ರಚನೆ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ಸ್ವಭಾವ, ಸೃಷ್ಟಿಯ ಪ್ರಕೃತಿ ಕುರಿತು ಅಲ್ಲದೆ ಮಾನವ ಸೃಷ್ಟಿ ಅವನ ಸ್ವಭಾವ, ಅವನ ಮತ್ತು ಅವನನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಬ್ರಹ್ಮನ ಮಧ್ಯೆ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ, ಅವನ ಜೀವನಾಶಯ ಮತ್ತು ಆ ಆಶಯನ್ನು ಪಡೆಯುವ ರೀತಿಗಳ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕೂಲಂಕಷವಾಗಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಈ ಉಪನಿಷತ್ತು ಅತ್ಯವಶ್ಯವಾದದ್ದು.

'ಮಹೀದಾಸ ಐತರೇಯ' ಎನ್ನುವ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಮುನಿವರರಿಗೆ ಈ ಉಪನಿಷತ್ತು ಹೇಳಲಾಗಿದ್ದುದರಿಂದ, ಇದರ ಹೆಸರು ಐತರೇಯ ಉಪನಿಷತ್ತು ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಆರಂಭ ಅಥವಾ ಆದಿ ಕೇವಲ ಆತ್ಮಸ್ವರೂಪವೇ. ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಚತುರ್ಭುಜವನಗಳು ಹೊರಬಂದವು. ಅಂಘೋಲೋಕ, ದಿವ್ಯಲೋಕದ ಜಲರಾಶಿ, ಮರೀಚಿಲೋಕ, ದಿವ್ಯಲೋಕದ ಪ್ರಕಾಶತಲ, ಮಾರಲೋಕ, ಅನಿತ್ಯವಾದ ಭೂತಲ? ಮತ್ತು ಆಹೋಲೋಕ? ನಿಮ್ಮಲೋಕದ ಜಲರಾಶಿ ತಲ, ಎಂಬುವಾಗಿವೆ. ಈ ಲೋಕಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ವಿರಾಟ ಪುರುಷನನ್ನು ಪ್ರಥಮವಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಲಾಯಿತು. ಆತ್ಮ ಮತ್ತು ಸೃಷ್ಟಿಯ ನಡುವೆ ಅನುಸಂಧಾನಕಾರವಾದ ಈ ವಿರಾಟನಿಂದ ಪಾಲನಾರ್ಹಕ್ಕೆ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ತದ್ವ್ಯಾಪಾರಗಳು, ಮತ್ತು ತತ್ಸಂಬಂಧ ಪಕ್ಷಿಚೈತನ್ಯಗಳಸಹಿತ ಉದ್ಭವಿಸಿದವು. ಈಶ್ವರನಾದ ಆತ್ಮ ವಿರಾಟಪುರುಷನಿಗೆ ದಾಹ, ಹಸಿವು ಇತ್ಯಾದಿ ಉಂಟುಮಾಡಿದ ಕಾರಣ, ಅವನಿಂದ ಹೊರಬಂದ ಆ ದೇವತೆಗಳಿಗೂ ಅದೇ ರೀತಿ ಕ್ಷುಧಾದ್ರಿಗಳು ಸೇರಿದವು. ಈ ಸೀಮಿತವಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಅವರಿಗೆ ಶರೀರಧಾರಣೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆಯುಂಟುಮಾಡಿತು. ದೇಹಧಾರಿಗಳಾಗಿದ್ದ ಕೂಡಲೇ ಅನ್ನದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ತದ್ವಾದಾ ಸತ್ಯಸಂತತಿ ಹುಟ್ಟಿದವು. ಈ ವಿಧವಾದ

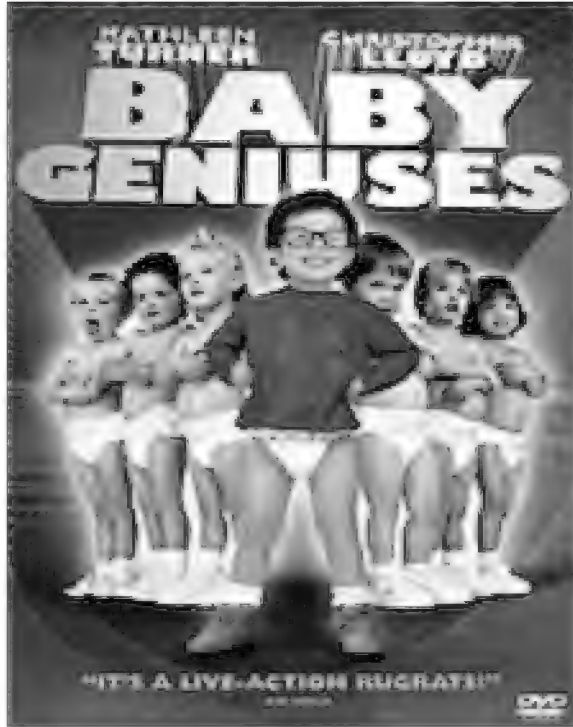


ಶರೀರಧಾರಿಯಾದ ವಿರಾಟನಿಗೆ ಅವನ ಶರೀರ ಜೀವಂತವಾಗಿರಲು, ಅವನ ಬ್ರಹ್ಮರಂಧ್ರದಿಂದ ಈಶ್ವರನಾದ ಆತ್ಮವೇ ಶರೀರಪ್ರವೇಶ ಮಾಡಿತು. ದೇಹ ಶ್ವೇತವಾಯಿತು. ದೇಹಿಯಾದ ಆತ್ಮವೇ ಶ್ವೇತವು ನಾದವು.

ಈ ರೀತಿಯಾದ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನೇ ಪ್ರಜ್ಞಾನ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಆತ್ಮದ ಆಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದೇ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಎನ್ನಲಾಗುವುದು. ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದೇ ಸೃಷ್ಟಿಯ ರಚನೆಗೆ ಮೂಲಹೇತುವಾಗಿದೆ. ಕ್ಷೇತ್ರ ಮತ್ತು ಕ್ಷೇತ್ರಜ್ಞರ ಸಂಯೋಗದ ರಹಸ್ಯವೇ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದೂ ದೇಹಧಾರಿಗೆ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನಿಯಾಗಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡುವುದೇ ಜನ್ಮಗಳ ಲಕ್ಷ್ಯವಾಗಿದೆ. ಜೀವಾಂತಗಳಾದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಜೀವಿಗಳು ಹಸಿವು, ದಾಹ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಸಂಸಾರಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುವಂಥವೇ. ಆದ ಕಾರಣ, ಜೀವಿಗಳು ತಮ್ಮ ನಿಜರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥಾತ್, ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಪೂರ್ಣಾತ್ಮವನ್ನು ಸೇರಿಸುವುದೇ ದೇಹಧಾರಿಗಳ ನಿಜವಾದ ಗುರಿ ಎನ್ನುವುದು ಈ ಉಪನಿಷತ್ತಿನ ಹೇಳಿಕೆ.

ಮುಂದುವರಿಯುವುದು...





ಈ ಚಿತ್ರವು ಮಾರ್ಚ್ 1999 ರಲ್ಲಿ ಯು.ಎಸ್.ಎ ಯಲ್ಲಿ ಬಿಡುಗಡೆಯಾಯಿತು. ಈ ಚಿತ್ರದ ನಿರ್ದೇಶಕರು ಬಾಬ್ ಥಾಕ್ಟ್ ಹಾಗೂ ಇದರ ನಿರ್ಮಾಪಕರು ಸ್ಪಿವೆನ್ ಪಾರ್.

ಡಾ. ಎಲೆನ್ ಕಿಂಡರ್ ಹಾಗೂ ಡಾ. ಹೀನ್, ಇವರಿಬ್ಬರೂ ಬೇಬಿಗೊ ಎಂಬ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪ್ತಿ ಹೊಂದಿರುವ ಬೋಂಬೆಗಳನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡುವ ಕಂಪನಿಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಡಾ.ಕಿಂಡರ್ ಹಾಗೂ ಡಾ.ಹೀನ್ ಇಬ್ಬರೂ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಭಾಷಣೆಯ ಮರ್ಮವನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಹತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿಷಯ ಜನತೆಗೆ ಗೊತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಹುಸುಗೂಸುಗಳ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಈ ವಿಶ್ವದ ರಹಸ್ಯಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಬೇಕೆಂದು ಅವರಿಬ್ಬರ ಉದ್ದೇಶ. ಸ್ಲಯ್ ಎಂಬ ಬುದ್ಧಿವಂತ ಮಗು, ಆ ಸಂಶೋಧನಾಲಯದಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ಈ ಇಬ್ಬರೂ ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳಿಗೆ ಗೊಂದಲ ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಬುದ್ಧಿವಂತ ಹುಸುವು ಹೊರ ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಂದಾಗೂಡಿಸಿ, ಆ ಸಂಶೋಧನಾಲಯದಲ್ಲಿ ಬಂಧಿಯಾಗಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬಿಡುಗಡೆ ಮಾಡಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತದೆ. ಕಿಂಡರ್ ಹಾಗೂ ಹೀನ್ ಈಗ ಸ್ಲಯ್ ಎಂಬ ಮಗುವನ್ನು ಹುಡುಕಿ ತೆಗೆಯಬೇಕು, ಇಲ್ಲವಾದಲ್ಲಿ ಅವರು ಪಟ್ಟ ಶ್ರಮವೆಲ್ಲವೂ ವ್ಯರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆಂದು ತಳಮಳಗೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಇಬ್ಬರೂ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಮೇಧಸ್ವಿಗಳು, ಆಚಾರ ಬುದ್ಧಿಶೌಕಲ್ಯತೆಯುಳ್ಳ ಮಕ್ಕಳ ಬಗ್ಗೆ ಅಧ್ಯಯನದ ಮೂಲಕ, ತಮ್ಮ ಬೇಬಿಗೊ ಫೀಮ್ ಪಾರ್ಕ್ ಗೆ

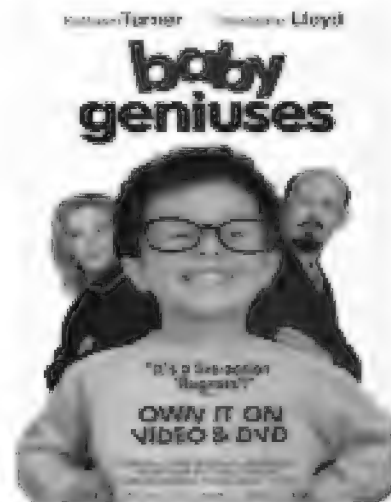
ಹಣ ಸಂಪಾದಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಮಕ್ಕಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಮಾತನಾಡಲು ಕುರುಮಾಡಿ, ತಮ್ಮ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪ್ತವನ್ನು ಮರೆೆಯುತ್ತವೆ. ಸ್ಲಯ್ ತುಂಬಾ ತುಂಬಾಟ ಮಾಡುವ ಮಗು. ಅಲ್ಲಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಓಡುವಾಗ, ಅಚಾನಕ್ ತನ್ನ ಅವಳ ಸಹೋದರ ವಿಟ್ ನನ್ನು ಒಂದು ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಲ್ ನಲ್ಲಿ ಭೇಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಪೆಂಟಿಸ್ಕುಗಳು ಮಗುವನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಿರುವಾಗ ವಿಟ್ ನ್ನು ಸ್ಲಯ್ ಎಂಬ ಹಿಳು ಪ್ರಣ: ಲ್ಯಾಬ್ ಗೆ ತಂದು ಬಂಧಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅತ್ತ ಸ್ಲಯ್ ತನ್ನ ಸಾಲು ತಾಯಿಯ ಬೊತೆ ಮನೆಗೆ ಹೊಗುತ್ತದೆ.

ಮಕ್ಕಳು ಗ್ರೇಟ್ ಮಾರ್ಸರ್ಸ್ . ಅವರು ಆಚಾರ ಬಾನ್ ಸಂಪನ್ಮರು. ಇವರೇ ವರ್ಷದವರೆಗೂ ಅವರು ಅವರ ನುಡಿಯ ಹೆಸರು ವಿಶ್ವ ಭಾಷೆ (ಯೂನಿವರ್ಸಲ್ ಕಮ್ಯೂನಿಕೇಷನ್). ಈ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ಆ ಸ್ಪೆಂಟಿಸ್ಕುಗಳು ಆ ಭಾಷೆಯನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಲು ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನವು ವಿಫಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಆ ಮಗುವಿನ ತಂದೆಗೆ ಈ ಮಕ್ಕಳ ಭಾಷೆಯು ತಿಳಿದಿರುವ ಕಾರಣ ಮಕ್ಕಳು ಅವರ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಚಿತ್ರವು ನೋಡುಗರ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆರೆದುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲೂ ಇಂತಹ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಬೆಳೆದಂತೆ ನಾವರನ್ನು ಮರೆೆಯುತ್ತೇವೆ. ಯಾವಾಗ ನಾವು ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗುತ್ತೇವೋ ಆಗ ವಿಶ್ವ ಶಕ್ತಿಯ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಮತ್ತೆ ವಿಶ್ವ ಭಾಷೆಯು ಅಂಕುರಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಮತ್ತೆ ಬೇರೆ ಉನ್ನತ ಯೋಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಬಹುದು.

ಇಂತಹ ಅದ್ಭುತ ಚಿತ್ರವನ್ನು ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಈ ಚಿತ್ರದ ನಿರ್ದೇಶಕರನ್ನು 'ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ'ಯ ತಂಡ ಮನ: ಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಅಭಿನಂದಿಸುತ್ತದೆ.

ಮೂಲ : [www.rottentomatoes.com](http://www.rottentomatoes.com)



# ನಿತ್ಯ ಅತ್ಯದ್ಭುತ ಪೇಟಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವ ಧ್ಯಾನಿಗಳಿಗೆ ಉಚಿತ ಊಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಉತ್ತಮ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ, ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ಯುವಲ್ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ಇಂಡಿಯಾ) ಹಿನ್ನೆಲೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸೇವೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಇದರ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶವೇನೆಂದರೆ, ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಗಲವಾದ ಜನರಿಗೂ ಸಹ ಕನಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಒದಗಿಸುವುದಾಗಿದೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ, ಧ್ಯಾನ ಎಂಬ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರವನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ಮೊದಲು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಹ ಆಹಾರವೇ ಬೇಕು. ಅಂದರೆ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಯೋಗರುಗಳ ಕೆಲಕೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದ ಕಾರ್ಯಾತ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ನಡೆಯಲು, ಮೊದಲು, ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಆಗತ್ಯಗಳ ಚಿಂತೆಯಿಂದ ಆದಂಥ ಮಾರ್ಗವಾಗಬೇಕು. ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಉಲಿಯುವ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಧ್ಯಾನಿಗೂ "ನಿತ್ಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸೇವೆ" ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಉಚಿತ ಊಟದ ದೊರೆಯುವುದರಿಂದ, ಆದಂಥ ಧ್ಯಾನದ ಎಣಿಕೆ ತಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಗಮನವನ್ನು ನೀಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ, ನಿರಂತರವಾಗಿ ಈ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ನಡೆಸಲು, ಟ್ರಸ್ಟ್ ಒಂದು 'ಶಾಶ್ವತ ನಿಧಿ'ಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಘ-ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಈ ಯೋಜನೆಗೆ ತಮ್ಮ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೀಡಲು ಕೋರಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಯೋಜನೆಗೆ ನಿತ್ಯ ನೀಡುವ ಉದಾಹರಣೆಯ ಕೊಡುಗೆಗಳು ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತೆ ಉಪಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

- ▲ ಗ್ರಾಮೀಣ ವರ್ಗದ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಮಾರ್ಗಲವಾದ ಜನತೆಯು ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆಯಾದರೆ ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಇದು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.
- ▲ ದೈಹಿಕ ಮೂಲಭೂತ ಆಗತ್ಯಗಳ ಎಣಿಕೆ ಧ್ಯಾನಿಗಳ ಚಿಂತೆಗಳನ್ನು ದೂರ ಮಾಡಿ, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲು ಅವರಿಗೆ ಅನುವುಮಾಡಿಕೊಡುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.
- ▲ ಸದ್ಗುಣ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪೋಷಣ್ಣೀಕರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ಯುವಲ್ ಮೊಸ್ಟೆಟಿಕ್ ಮೂವ್ ಮೆಂಟ್

ಇದನ್ನು ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ 1990ರಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಪ್ರಸ್ತುತದಲ್ಲಿ ಇದು ಒಂದು ತನ್ನದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಮೊತ್ತಮೊದಲ ಮೂಲಭೂತದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆಂದೋಲನವಾಗಿದೆ. ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ಯುವಲ್ ಮೊಸ್ಟೆಟಿಕ್‌ಗಳು ಬಾಳ-ರಹಿತ, ಮಹಾಂತ, ವರ್ಗ-ರಹಿತ, ಸ್ವಯಂ-ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಾಗಿವೆ. ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಸತ್ಯಾಹಾರಿ ಜೀವನ ಕ್ರಮವನ್ನು ಪ್ರಚಾರಪಡಿಸುವುದೇ ಇವುಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಹ ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುವ ಮೂಲ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ.

ಪಾವತಿ ಮಾಡುವವರು ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲ್ವ್ ಮೂಲಕ ಪಾವತಿಸಬಹುದು.

'The Pyramid Spiritual Trust (India), Anna Dana Seva' ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಬ್ಯಾಂಕ್ ಖಾತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಭರ್ತಿಮಾಡಿದ ಮೊನೇಷನ್ ಫಾರಂನೊಂದಿಗೆ, ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ಯುವಲ್ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ಇಂಡಿಯಾ), #609/1, 15ನೇ ಕ್ರಾಸು, ಜಿ.ಪಿ.ನಗರ, 6ನೇ ಹಂತ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 078 ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು.

ವಾಸಿಗಳಿಗೆ ದೊರೆಯುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು:

- ರೂ.10,000/- ವರೆಗೆಗೆ ದೇವತೆಗೆ ನೀಡುವ ವಾಸಿಗಳ ಹೆಸರನ್ನು



- ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ನಡೆಯುವ ಮಧ್ಯಪೂರ್ಣಮಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ, ಪ್ರವರ್ತಿಸುವ ವ್ಯೋಮವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುವುದು.
- ರೂ.50,000/-ಕ್ಕೂ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟು ದೇವತೆಗೆ ನೀಡುವುದು ದೇವತೆಗೆ ಹೇಳುವಂತೆ ಪೂಜಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗುವುದೋದ್ದಿಗೆ, ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯ ಮೆಲ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ಸಹ ಪ್ರಕಟವಾಗುವುದು ಮತ್ತು ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಾರದ ಕಾಲ ವಾಸಿ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ಒಮ್ಮೆಗೆ ಉಚಿತವಾಗಿ ಒದಗಿಸಲಾಗುವುದು.
- ರೂ.2,50,000/- ರವರೆಗೆ ದೇವತೆಗೆ ನೀಡುವುದಿಗೆ ಈ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟು ಎಲ್ಲಾ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರೊಂದಿಗೆ, ಅವರ ಹೆಸರನ್ನು ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿನ ವಾಸಿಗಳ ಪ್ರವರ್ತನ ಫಲಕದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಮೆಲ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಹಾಕಲಾಗುವುದು. ಅಲ್ಲದೆ, ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಒಂದು ವಾರದ ಕಾಲದಂತೆ, 15 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಉಚಿತ ವಾಸಿ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು.
- ರೂ.2,50,000/-ಕ್ಕೂ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟು ದೇವತೆಗೆ ನೀಡುವುದಿಗೆ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟು ಎಲ್ಲಾ ಸೌಲಭ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ, ವಾರ್ಷಿಕವಾಗಿ ಎರಡು ವಾರದ ಕಾಲದಂತೆ, 15 ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ಉಚಿತ ವಾಸಿ ಸೌಲಭ್ಯವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ಈ ಕೆಳಕಂಡ ವ್ಯಾಂಶುಗಳ ಮಾತೆಗಳಿಗೆ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವಾಗ ಪಾವತಿಸಬಹುದು.

ಬ್ಯಾಂಕ್ ವಿವರ: ಎಸ್.ಬಿ.ಐ., ಜಿ.ಪಿ.ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 30794047532

ಆಂಥ್ರಾಪಿಕ್, ಹಾರೋಹಲ್ - 145810100007675

ಮತ್ತು ಬ್ಯಾಂಕಿನಲ್ಲಿ ಸಂದಾಯಿಸಿದ ವಿವರವನ್ನು 'ಮೊನೇಷನ್ ಫಾರಂ'ನಲ್ಲಿ ಒದಗಿಸಲು ಕೋರಿದೆ. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಇಲ್ಲಿರುವ ಫಾರಂನನ್ನು ಭರ್ತಿಮಾಡಿ,

ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿ, register@pyramidvalley.org ಈ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಇ-ಮೇಲ್ ಮಾಡಬಹುದು.

ಪಿರಮಿಡ್ ಸ್ಪಿರಿಟ್ಯುವಲ್ ಟ್ರಸ್ಟ್ (ಇಂಡಿಯಾ)

#609/1, 15ನೇ ಕ್ರಾಸು, ಜಿ.ಪಿ.ನಗರ, 6ನೇ ಹಂತ,

ಬೆಂಗಳೂರು - 560 078,

ಮೊ:080-4343 2525, +91 92417 38032

ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿ ಕ್ಯಾಂಪ್:

ಕೆಪ್ಪೆಮೊದ್ದಿಗ್ರಾಮ, ಹಾರೋಹಲ್ ಮೊಗುಲಿ,

ಕನಕಪುರ ಪಾಲಿಗ್ರಾಮ, ವಾಮನಗರ ಜಿಲ್ಲೆ

+91 94481 77563, +91 97390 59143



# ಮುಗುಳ್ಳಗೆ



ತಿಮ್ಮನ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಡಾಕ್ಟರು ಹರಿಕ್ಕೆ ಮಾಡಿ ತಲೆಯಲ್ಲಾಡಿಸಿದರು.

"ಏನೂ ಆಗಿಲ್ಲವಯ್ಯಾ, ಬೆನ್ನಾಗಿಯೇ ಇದ್ದಾರೆ."

"ಇಲ್ಲ ಡಾಕ್ಟರೇ, ನೀವು ಸರಿಯಾಗಿ ನೋಡಲಿಲ್ಲ, ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಮಧ್ಯಮಧ್ಯ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಡುತ್ತಾಳೆ."

"ಏಕೆ?"

"ಉಸಿವಾಡಲಿಕ್ಕೆ."

★ ★ ★

ತಿಮ್ಮ ಊರಿಗೆ ಬಂದುದೇ ತಡ, ಮನೆಯಾಳೆ ಕುರುಮಾಡಿಬಿಟ್ಟಳು:

"ಹಕ್ಕದ ಮನೆಯ ತಾರದಮ್ಮನಿಗೆ ಆಕೆಯ ಗಂಡ ಏನೇನು ಮಾಡಿಸಿದ್ದಾರೆ ನೋಡಿ..."

"ಏನು ಮಾಡಿಸಿದ್ದಾರಂತೆ?"

ತಿಮ್ಮ ಕೇಳಿದ.

"ವಸ್ತ್ರದ ಓಲೆ ತಂದಿದ್ದಾರೆ. ರೇಡಿಯೋ, ಬಳೆ, ಇನ್ನೂ ಏನೇನೋ ಚಿನ್ನದ ಒಡದೇನೆಲ್ಲ ತಂದುಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ."

"ಹೂ, ಏನು ಈಗ?"

"ನೀವೇನು ತಂದುಕೊಟ್ಟಿರಿ?"

ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಕೇಳಿದ ತಿಮ್ಮ-

"ಯಾರು ನಾನೇ? ನಾಳೆ ತಿಳಿದರೆ ಸುಮ್ಮನಿರುತ್ತಾನೆಯೇ ಆ ತಾರದಮ್ಮನ ಗಂಡ?"

★ ★ ★

ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರವನ್ನು ನೋಡಲು ಹೊಸದಾಗಿ ಬಂದ ತಿಮ್ಮ.

ಅಲ್ಲಿ-ಇಲ್ಲಿ ನೋಡುತ್ತ ಊರೆಲ್ಲ ಸುತ್ತಿದ. ಕೈಲಿದ್ದ ಕಾಸು ಒಳ್ಳೆಯ ಬೇಗದಲ್ಲಿ ಓಡುತ್ತಿತ್ತು. ಕತ್ತಲಾದ ಮೇಲೆ ಒಬ್ಬನೇ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ತಿಮ್ಮನನ್ನು ಮೂವರು ಗೂಂಡಾಗಳು ಹಿಡಿದರು.

"ಜೇಬಿನಲ್ಲಿರುವ ಹಣವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಸುರಿದು ಮುಂದೆ ಹೋಗು" ಎಂದರು.

"ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ."

ತಕರಾರು ಹೂಡಿದ ತಿಮ್ಮ.

"ನಿನ್ನ ತಲೆ ತೆಗೆಯುತ್ತೇವೆ."

"ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ತೆಗೆಯಿರಿ. ತಲೆ ಇಲ್ಲದ ವರ್ಷಗಟ್ಟಲೆ ಇರಬಹುದು ನಿಮ್ಮ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ. ಹಣವಿಲ್ಲದೆ ಕಾಲು ಗಂಟೆಯೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ."

★ ★ ★

ತಿಮ್ಮ ಸಪ್ತಾಹಕ್ಕನಾಗಿ ಪ್ರಯಾಣ ಹೊರಟ ಒಂದು ಸಾರಿ.

ದಾರಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ನದಿಯೊಂದನ್ನು ದಾಟಬೇಕಾಯಿತು. ಇನ್ನಿತರ ಪ್ರಯಾಣಿಕರುಗಳೊಂದಿಗೆ ತಿಮ್ಮ ದಂಪತಿಗಳು ಹರಿಗೋಲಿನಲ್ಲಿ ಏರಿ ಕುಳಿತರು. ಮಧ್ಯ ನದಿ, ಹರಿಗೋಲು ಹೊಯ್ಯಾಡಿ ಮಗುಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತಾಯಿತು. ದಿಗ್ಗಮೆಯಿಂದ ಕರುಚಿದರು. ಗಾಬರಿಯಿಂದ ಅಂಬಿಗ ಕೂಗಿಕೊಂಡ.

"ಹೆಚ್ಚು ಭಾರವಾದುದನ್ನು ನದಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಡುಬಿಡಿ. ಹೂ ಬೇಗ ಬೇಗ!"

ಆದರಿಂದ ಗಂಟು ಮೂಟೆಗಳನ್ನು ನದಿಗೆ ಎಸೆದರು.

ತಿಮ್ಮ?

★ ★ ★

ಮೂರು ಜನ ಸರ್ಜನ್‌ಗಳು ಕಾಫಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಾ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸಾಧನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಕೊಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಮೊದಲನೆಯವ ಹೇಳಿದ: "ನಾನು ಒಬ್ಬ ರೋಗಿಗೆ ಬಲಗೈಯನ್ನು ಗ್ರಾಫ್ಟ್ ಮಾಡಿದೆ, ಆತ ಇಂದು ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಆಟಗಾರನಾಗಿದ್ದಾನೆ."

"ಅದೇನು ಮಹಾ " ಹೇಳಿದ ಎರಡನೆಯವನು, "ನಾನು ಒಬ್ಬ ಮತ್ತೊಬ್ಬನ ಕಾಲನ್ನು ಜೋಡಿಸಿದೆ. ಆತ ಇಂದು ಒಲಂಪಿಕ್‌ನಲ್ಲಿ ಓಟದ ಚಿನ್ನದ ಮೆಡಲ್ ಪಡೆಯುವ ಓಟಗಾರನಾಗಿದ್ದಾನೆ."

"ಆದರೆ ಏನು?" ಕೇಳಿದ ಮೂರನೆಯವ, "ನಾನು ಕತ್ತೆಯ ಮುಖಕ್ಕೆ ನಗೆಯೊಂದನ್ನು ಸಿಕ್ಕಿಸಿದೆ. ಅದು ಇಂದು ಅಮೆರಿಕದ ಪ್ರೆಸಿಡೆಂಟ್ ಆಗಿದೆ."

★ ★ ★

ಒಮ್ಮೆ ಬೂಲಿಯನ್ ಬಾಬನ ನಾಯಿ ಮನೆಬಿಟ್ಟು ಓಡಿ ಹೋಯಿತಂತೆ.

ಯಾರೋ ಒಬ್ಬರು ಆ ನಾಯಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದರಂತೆ: "ಯಾಕೆ ನೀನು ಮನೆ ಬಿಟ್ಟು ಓಡಿಹೋದೆ?"

ನಾಯಿ ಹೇಳಿತು: " ದಿನಾ ರಾತ್ರಿ ಆತ ಸಂಗೀತ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡ್ತಾನೆ. ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಜನ ನನಗೆ ಕಲ್ಲು ಹೊಡೆತಾರೆ."

★ ★ ★

# ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್

ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆ ಅದರ ಸಂಕಲ್ಪ:

' ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್ 2012 ' ಇದು ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಸುಭಾಷ್ ಪತ್ರಿಕೆಯವರ ನಿನಾದ. ನಾವಿರುವ ಭೂಮಂಡಲವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಹಣ ಅಸ್ತಿಗಳು ಏನೆಲ್ಲಾ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅವರು ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದೇ ಇರುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಭೂಮಂಡಲ ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಕೂಡ ಕಾರಣರು. ಈಗ ನಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಹಣ ಅಂತಸ್ತು ಅಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ. ಅವರಿಗೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ನಿಸರ್ಗದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಈ ಭೂಮಿಯ ಸಹಜತ್ವ.

**' ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್ 2012 ' ಯಾಕೆ ?**

ಮುಂದೊಂದು ದಿನ " ಗ್ಲೋಬಲ್ ವಾರ್ಮಿಂಗ್ " ಎಂಬ ಮಹಾಮ್ಯಾಧಿ ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ಅಲ್ಲೋಲ ಕಲ್ಲೋಲ ಮಾಡಲಿದೆ ಎಂಬುದು ಕತೋರ ಸತ್ಯ. ಅದರಿಂದ ಈ ಭೂಮಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಬೇಕಾಗಿದೆ.

**' ಧ್ಯಾನ ಜಗತ್ 2012 ' ಗಾಗಿ ಕಂಕಣ: ಟ್ರಸ್ಟ್ ಉಗಮ:**

ಈ ಭೂಮಂಡಲದ ಬಿಸಿಯಿಂದ (ಗ್ಲೋಬಲ್ ವಾರ್ಮಿಂಗ್ ) ಪೃಥ್ವಿಯನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲು ನಾವೆಲ್ಲ ಕಂಕಣಬದ್ಧರಾದರೆ, ಅದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಆದರೆ 2012 ತುಂಬಾ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿದೆ. ಇಂದಿನಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ, ಪ್ರತಿ ಕ್ಷಣವೂ ಸಹ ನಮಗೆ ಅತ್ಯಮೂಲ್ಯವಾದುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಾವು ಕರ್ನಾಟಕ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್ ಸ್ಥಾಪಿಸಿರುವುದು.

**ಟ್ರಸ್ಟ್ ನ ಉದ್ದೇಶಗಳು:**

1. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕು
2. ನಾವು ಕೇವಲ ದೇಹವಲ್ಲ, ನಾವು ಅಪಾರ ಪ್ರಾಣಶಕ್ತಿಯಿಂದ ತುಂಬಿಕೊಂಡಿರುವ ಪರಮಚೇತನ ಎಂಬುದನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು.
3. ನಾವು ಹೇಗೆ ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಜೀವಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೋ ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿದ ಎಲ್ಲಾ ಜೀವ ಜಂತುಗಳು, ಜಲಚರಗಳು ವೃಕ್ಷರಾಶಿಗಳು ನಮ್ಮಂತೆ ಜೀವಿಸಲು ಅವುಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡುವ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸುವುದು.
4. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಸತ್ಯಾಹಾರಿಗಳಾಗಿ ಗಿಡಮರಗಳು ಬೆಳೆಸುವುದು ಹಾಗೂ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಮಲಿನವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಳಿಸಿ ಹಾಕುವುದು.
5. ಜಾತಿ, ಮತ, ಪ್ರಾಂತೀಯತೆ, ದೇಶವೆಂಬ ಎಲ್ಲ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಪಾಟಿ ಜೀವಿಸುವುದು.

6. ಮೊದಲು ಕರ್ನಾಟಕವನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುವ ನಂತರ ದೇಶವನ್ನು ತದ ನಂತರ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಒಂದುಗೂಡಿಸುವ, ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಭಾಗಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು.
7. ಟ್ರಸ್ಟ್ ಗೆ ದೊರೆಯುವ ಎಲ್ಲಾ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲರ ಜೊತೆಗೆ ಸಮಪರ್ಕವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಒಂದು ವಿಶೇಷವಾದ ವೇದಿಕೆ ನಿರ್ಮಿಸುವುದು.
8. ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಂಡು ಹೇಗೆ ಜೀವನ ನಡೆಸಬೇಕೆಂಬುದು ತಿಳಿದು ತನ್ನೂಲಕ ' ಪರಿಸರ ಪ್ರೇಮಿ ' ಗಳಾಗಿ ಜೀವಿಸುವ ಕಲೆಯನ್ನು ಕಲಿಯುವುದು.
9. ಉದ್ದೇಶಿತ ಟ್ರಸ್ಟ್ ನ ಆಜೀವ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ( ಲೈಫ್ ಮೆಂಬರ್ ಗೆ ) ವಿಶೇಷ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು.
10. ವಿಶ್ವದ ಮಹಾನ್ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ - ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರ ಹಲವಾರು ಕೃತಿಗಳನ್ನು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ತಂದು ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯ ಕಂಪಿನ್ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಭಾಷಿಕರ ಸೊಂಪು ಸಮ್ಮಿಳಿತಗೊಳಿಸುವುದು.
11. ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆಯವರ ತೆಲುಗಿನಲ್ಲಿರುವ ನೂರಾರು ಪರಿಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಭಾಷಣಕಾರರಿಂದ ಹಾಗೂ ಸಂಗೀತದ ಸಮ್ಮಿಲನದೊಂದಿಗೆ ಕನ್ನಡದ ಧ್ವನಿ ಸುರಂಗಳನ್ನಾಗಿ ಹೊರತರುವುದು.
12. ಭಾರತಾದ್ಯಂತವಿರುವ ಋಷಿಗಳು, ಶರಣರು, ಸಂತರು, ಯೋಗಿಗಳು ತಪಸ್ವಿಗಳು ಸಂಚರಿಸಿದ ಹಾಗೂ ಅವರು ಈ ನಾಡಿಗೆ ತಮ್ಮ ವಾಗೆಯಿಂದ ಸಂದೇಶಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಅರಿಸಿ ಅಂತಹ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ನಮ್ಮ "ಟೂರ್ಸ್ ಮತ್ತು ಟ್ರಿಪ್ಸ್" ಕಮಿಟಿ ಮೂಲಕ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಯಾತ್ರೆಯನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವ ಮೂಲಕ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಾನುಭವ ಪಡೆಯುವ ಯೋಗವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.
13. ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿ ಈಗಾಗಲೇ ನಿರ್ಮಿಸಿರುವ ವಿಷ್ಣುವಲ್ಲಿಯೇ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಪಿರಮಿಡ್ ನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಅದರ ವಿಶೇಷತೆಯನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು.
14. ಮಾನಸಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕವಾದ ಹಲವಾರು ಮಾರ್ಪಾಡುಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತರಲು ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾದ ಶಿಬಿರವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.
15. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಒಂದು ಎರಡು ಮೂರನೇ ತಾರೀಖಿನಲ್ಲಿ ಕರ್ನಾಟಕದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಗ್ರಾಮಗಳಿಂದ ವಿಲೇಜ್ ಟು ವ್ಯಾಲಿ ಎಂಬ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ವಿಷ್ಣುವ ಅತಿ ದೊಡ್ಡ ಪಿರಮಿಡ್ ನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿ ಪತ್ರಿಕೆಯವರ ದರ್ಶನ ಮಾಡಿಸುವುದು.
16. ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಗೆ ಸಂದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ಬಂದವರಿಗೆ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನದಿಂದೊದಗುವ ಮಹತ್ವದ ಲಾಭಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಡುವ ಜೊತೆಗೆ, ಅವರಿಗೆ ಉಚಿತ ವಸತಿ, ಊಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.



**ಆಜೀವ ಸದಸ್ಯತ್ವ (ಲೈಫ್ ಮೆಂಬರ್) ಪಡೆಯಲು ದೇಣಿಗೆ ರೂ.2500/-**

**ಆಜೀವ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಕೆಳಕಂಡಂತೆ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.**

- ◆ ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ ಮಾಸ ಪತ್ರಿಕೆ 2 ವರ್ಷ ಉಚಿತ.
- ◆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಿತವಾದ ಪ್ರತಿ ಪುಸ್ತಕ, ಸಿ.ಡಿ. ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ 20 % ಡಿಸ್ಕಾಂಟ್
- ◆ ನಾವು ನಡೆಸಿಕೊಡುವ ಶಿಬಿರಗಳಿಗೆ 10% ಡಿಸ್ಕಾಂಟ್.
- ◆ ಟೂರ್ಸ್ ಮತ್ತು ಟ್ರಿಪ್ಪಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ 5% ಡಿಸ್ಕಾಂಟ್.
- ◆ 2 ವರ್ಷ ಉಚಿತವಾಗಿ ಪಡೆದ ನಂತರ, ಮತ್ತೆ ನಾವು ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿಗೆ ಚಂದಾದಾರರಾದರೆ 10% ಡಿಸ್ಕಾಂಟ್.
- ◆ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಎಲ್ಲಾ ವಿವರಗಳೊಂದಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಸಮರ್ಪಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ನಿಮಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲ ರೀತಿಯ ಮಾಹಿತಿಗಳು ದೂರವಾಣಿಯಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಾಗುವಂತೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸಲಾಗುವುದು.
- ◆ ಪಿರಮಿಡ್ ವ್ಯಾಲಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಎಲ್ಲಾ ಶಿಬಿರಗಳಿಗೆ 5% ತೇಕಡಾ ರಿಯಾಯಿತಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುವುದು.

**ಪೋಷಕರು (ಪ್ಯಾಟ್ರನ್) ಪಡೆಯಲು ದೇಣಿಗೆ ರೂ.5,000/-**

ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ ಪೋಷಕರು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಐದು ವರ್ಷ ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೂ ಪೋಷಕರ ಕುಟುಂಬದ ಪೋಷಣೆಗಾಗಿ ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿಯಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ, ಅವರ ವಿವರಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಲೈಫ್ ಮೆಂಬರ್ ಗೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

**ಪ್ರಮುಖ ಸೂಚನೆ :**

ನಮ್ಮ ಧ್ಯಾನ ಕಸ್ತೂರಿ ಪುಸ್ತಕಗಳು ನಿಮಗೆ ತಲುಪದಿದ್ದಲ್ಲಿ, ಬೇರೆಯವರಿಗೂ ಈ ಪುಸ್ತಕ ದೊರೆಯದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಈ ದೂರವಾಣಿಯನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : **9902761761**

**ಆಜೀವ ಸದಸ್ಯತ್ವ(ಲೈಫ್ ಮೆಂಬರ್) / ಪೋಷಕರ ಚಂದಾ ನಮೂನೆ**

ಇವರಿಗೆ,

ಕರ್ನಾಟಕ ಪಿರಮಿಡ್ ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್,

ನಂ.126, 2ನೇ ಮಹಡಿ, 7ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಬ್ಲಾಕ್,

ಪೋಲಿಸ್ ಸ್ಟೇಷನ್ ಎದುರು, ಇಯನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560 011.

ಫೋನ್ : 080-26646899, 9481359920, 9902761761

ಮಾನ್ಯರೇ,

ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ಆಜೀವ ಸದಸ್ಯತ್ವವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ರೂ. .... ನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಪ್ರಚಾರ ಟ್ರಸ್ಟ್‌ನ ವಿಳಾಸಕ್ಕೆ ಪಾವತಿ ಮಾಡಿ

ಕಳುಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಡಿ.ಡಿ. ಸಂಖ್ಯೆ ..... ತಾರೀಖು ..... ಕಾಲಾವಧಿ .....

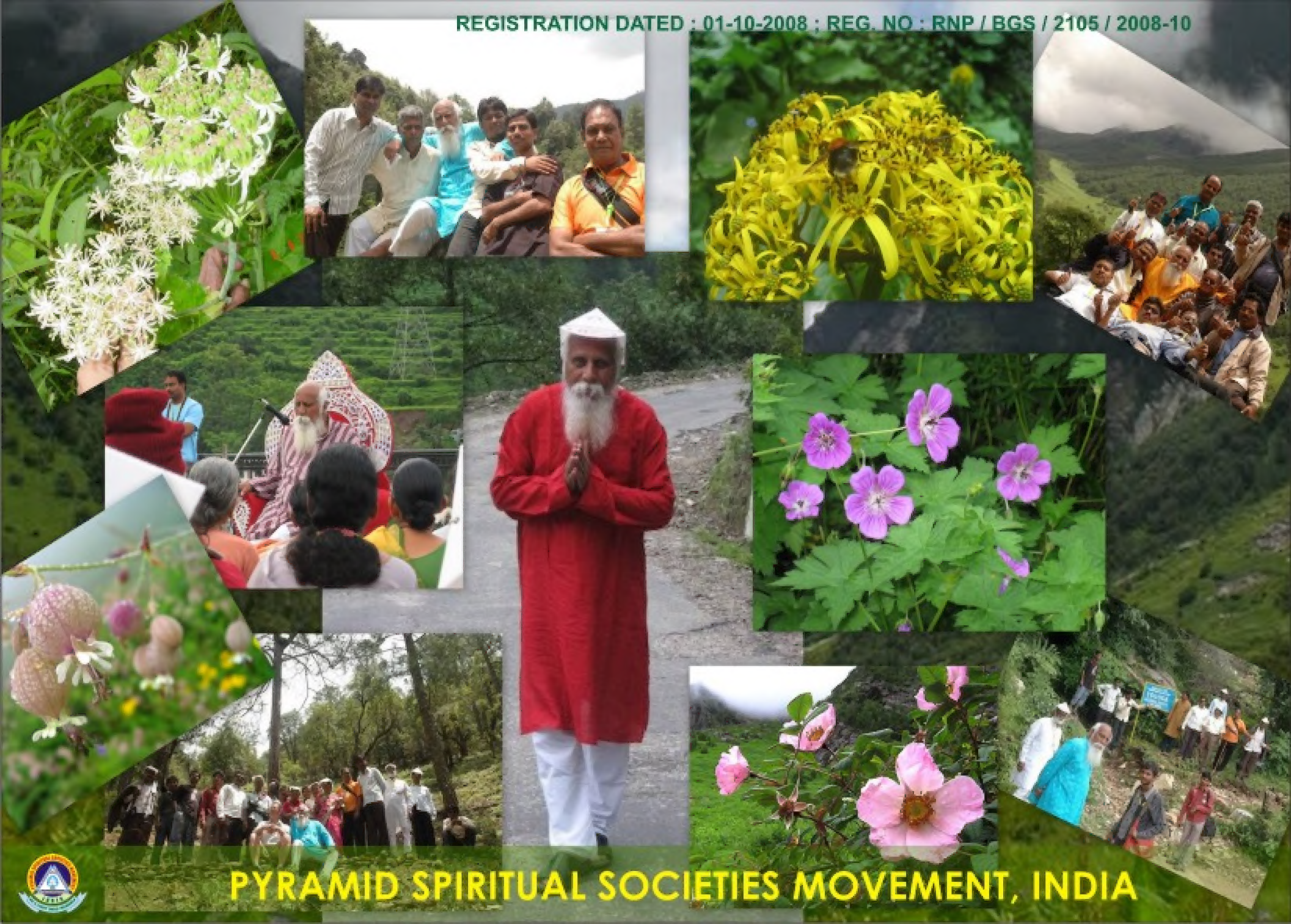
ಹೆಸರು ಮತ್ತು ವಿಳಾಸ : .....

ಜಿಲ್ಲೆ : ..... ರಾಜ್ಯ : ..... ಪಿನ್ ಕೋಡ್ : .....

ಇ-ಮೇಲ್ : ..... ಫೋನ್ : .....



REGISTRATION DATED : 01-10-2008 ; REG. NO : RNP / BGS / 2105 / 2008-10



**PYRAMID SPIRITUAL SOCIETIES MOVEMENT, INDIA**

